

ಶ್ರೀಶತ್ರುಘ್ನವಿಜಯ

1325  
10p55

ಪ್ರಾಂಶುಗ್ರಂಥಮಾಲಾ

Bramha Vidya Series.

# శ్రీ బ్రహ్మవిద్య.

ఇది

శ్రీ పరమహంస కృష్ణ మూలముననుసరించి

పరమహంస

కృత

శ్రీరథవాగ్దేవునిచే వ్రాయబడినది.

ఎనిమిదవకూర్పు.

కెల. నం. 2-0-0.

వర్ణనకామద్రాక్షకాల, గుంటూరు.

1922

All Rights Reserved.

Bramha Vidya Series.

# శ్రీ బ్రహ్మవిద్య.

ఇది

ఉపనిషద్వాక్యములను సరించి

పరమహంస

చేత

అనుభవాత్మములతో వ్రాయబడినది.

ఎనిమిదవ గూర్పు.

వెల. రూ. 2-0-0

PRINTED AT THE CHANDRIKA PRESS, GUNTUR.

1922

(All Rights Reserved.)

## ఓమ

1. గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణు గురుర్దేవో మహేశ్వరః  
గురుస్సాక్షాత్ పరబ్రహ్మ తస్మై శ్రీగురవేనమః॥
2. అజ్ఞానతిమి రాంధస్య జ్ఞానాంజనశలాకయా  
చక్షు రున్మీలితంయేన తస్మై శ్రీగురవేనమః॥
3. బ్రహ్మనందం పరమసుఖదం కేవలంజ్ఞానమూర్తిం  
విశ్వాతీతం గగనసదృశం తత్త్వమస్మాదిలక్ష్యం  
ఏకం నిత్యం విమల మచలం సర్వధీ స్సాక్షిభూతం  
భావాతీతం త్రిగుణరహితం సద్గురుం తన్నమామి॥
4. చాపంచక్షుమయం ప్రసూనవిశిఖం సాశాంకుశౌ పుస్తకం  
మాణిక్యాయురూహం మణిమయీం వీణాం సరోజద్వయం  
సాణిభ్యామభయంవరంచ దధతిం బ్రహ్మదిసేవ్యాం పరాం  
సింధూరారుణ విగ్రహం భగవతీం తాం షోడశీ మాశ్రయే॥



## P R E F A C E.

### ప్రీతిక

---

సర్వలోకాతీతంబును, సమస్తవృత్తిరహితంబును, పంచకోశాతీతంబును, అగు పరమాత్మను తెలిసికొనుటకు బ్రహ్మవిద్య ముఖ్యము. పరతత్వమునం దాసక్తి లేనిపండితుఁడును రెండుకాళ్లపశువె యనదగుంగాని నిశ్చయమైన పండితుండని చెప్పఁజుప్పదు. అహంము నిద్ర భయము సంభోగము ననునవి పశువులకును మనుష్యులకుం గూడ సమానముగ నుండుగుణములు. పశువులకంటె మనుష్యునియందు జ్ఞానమొక్కటి యధికము. అట్టిజ్ఞానమే లేనిచో మనుష్యుఁడును పశువుతో సమానుఁడే యగును. ఇట్టి వానినే నరపశు పని పెద్దలు పేర్కొనియున్నారు. మూఢులకు దివ్యజ్ఞానము స్వయముగ బుట్టదు సరిగదా, యితరులు మేలుగోరి హితోపదేశము చేసినను లంచమిచ్చి బ్రతిమాలినను, బలవంతమున బట్టి నట్టడవికి నెట్టినను గలుగబోదు; కావున సాధనచతుష్టయ సంపత్తిఁ గలవారై నద్గురు సేవయును నజ్ఞనసాంగత్యమును చేయవలయును. పెద్దలచెంతఁజేరి సాధనచతుష్టయసంపత్తిఁ గలవారై చతుర్విధశుశ్రావలు సేయుచు ఈషణక్రియములకు తాపత్రయములకు లోబడక అరిషడ్వర్గమును జయించినవారై మోక్షము నపేక్షించవలయును. సజ్జనసాంగత్యమువలన అహంకారము నశించును. తద్వారా భగవద్భక్తి కలుగును. ఎట్టివారికిగాని కోపమణచుట ముఖ్యము. బ్రహ్మజ్ఞానమును దెలుపు గ్రంథములు సంస్కృతభాషయందుండుటచేతను, సమగ్రముగ లేట తెల్లముగ తెలియఁజేయు గ్రంథము తెలుగుభాషయందులేనిలోపమున అనేకులు అజ్ఞులై యుండుటను కన్నులారఁజూచి ఆలోచనము

లేకుండలందరునొక్కుమ్మడిగ బ్రహ్మవిద్యాధు రంధరులు కాగలందులకు యీగ్రంథము వ్రాయఁబడెను. ఇందు మున్నుండుగా సద్గురువు లక్షణమును, సాధనచతుష్టయసంపత్తి, తాపత్రయములు, ఈషణత్రయములు, యజ్ఞోపవీతము, ఉపదేశము, ఉపవాసము, అష్టాంగములు, బ్రహ్మచర్యము, ఋతుకాలము, సుఖాసనము, సమాధి, మొదలుగాఁగల అనేక విషయంబులు చక్కఁగ వ్రాయఁబడెను. ఇందు ఏదోషంబులున్నను తమించిహంసవలెనే నీటినివిడిచి పాలనెడు మంచివాక్యములను గ్రహించెద రనినమ్మెదను. పుస్తకమును చూచినమాత్రముననే మీఅభిప్రాయమును తెలుపక సాంగముగ చదివి విశేషములను గ్రహించి ముముక్షువులై యుండకోరెద.

*" Drink deep or taste not the Pierian spring. "*

తుదవఱకు పుస్తకమును చదివి అచ్చటచ్చటి యంతరార్థములను గ్రహించినగాని విశేషములు తెలియవు. కావున తుదముట్టఁజదివి మనస్సును స్వాధీనము చేసికొని మోక్షము నందవలయును.

ఇట్లు,

ప ర మ హం స .

పుస్తకములు కోరువారు

గొల్లపూడి-దుర్గాప్రసాదరావు గారికి

గుంటూరు

అని దరఖాస్తులు పంపవలయు.

# CONTENTS.

## విషయ సూచిక

	పుటసంఖ్య
బ్రహ్మవిద్యలక్షణము. ....	1
గురువులక్షణము. ....	2
పెద్దలు. ....	3
అష్టవిధ గురువులు. ....	5
నిత్యానిత్యవస్తువివేకము. ఇహముత్పాదకలభోగవిరాగము. శమాదిషట్క-సంపత్తి.	7
శమము ....	8
దమము. ....	9
ఉపరితి. ....	10
తిత్తి. ....	12
శ్రద్ధ. సమాధానము. ముముక్షుత్వము. ....	13
ఆధ్యాత్మికతాపము. ఆధిభౌతికతాపము. ....	14
ఆధిదైవికతాపము. ....	15
ఈషణల్యయములు.	
1. పుత్రేషణము. ....	16
2. దాశేషణము. ....	18
3. ధనేషణము. ....	20
రాగద్వేషాదులు. ....	21
కర్మమూడువిధములు. ....	24
బ్రాహ్మణులు. ....	25
షట్కర్మములు. ....	27
యజ్ఞముచేయుట. ....	28
యజ్ఞోపవీతము. ....	31

స్థానశుశ్రూష. అంగశుశ్రూష. పంచమలములు. ....	35
భావశుశ్రూష. ....	36
అత్మశుశ్రూష. స్త్రీలు. ....	37
భక్తి. భక్తికి అంగములు. ....	40
నరపశువు. ....	41
నిజమైనభక్తునిలక్షణములు. ....	42
భక్తిరసములు. హస్తమస్తకసంయోగము. ....	43
ఉపదేశము, ఉపవాసము. ....	44
సదోపవాసము. ....	45
యోగవిషయము. ....	46
అజపరూపమంత్రయోగము. జపరూపమంత్రయోగము. ....	49
క్రియారూపమంత్రయోగము. ....	50
స్మరణరూపమంత్రయోగము. లయయోగము. ....	50
బుద్ధియేడువిధములు. ....	51
హాసయోగము. ....	52
జ్ఞానయోగము. అష్టాంగములు. ....	53
బ్రహ్మచర్యము. ....	54
దోషములు. ముక్తుకాలము. ....	55
ఈశ్వరప్రణిధానలక్షణము. ....	58
ఆసనములు. ....	59
సుఖాసనము. పాణిణియోగము. ....	64
బంధములు. ....	65
వ్రత్యాహారము. ....	66
ధారణము. ....	67
ధ్యానము. ....	68
సమాధి. ....	69

	పుట
అంతరనిర్వికల్పసమాధి. ....	70
సమాధికివిఘ్నములు. పంచదశ యోగాంగములు. ....	72
కురాపశ్యంతిమధ్యమ వైఖరీవాక్కులు; ఏకాంతస్థలము. ....	74
సిద్ధయోగిలక్షణము. ....	78
చక్రవిషయము. వీణాదండము. ....	79
సుషుమ్న. ....	81
బ్రహ్మరంధ్రము. ....	83
కుండలిసీశక్తి. ....	86
మూలాధారచక్రము. ....	86
స్వాధిష్ఠానము. మణిపూరకము. అనాహతచక్రము. ....	87
విశుద్ధము. ....	89
ఆజ్ఞాచక్రము. ....	90
పహస్సారకమలము. ....	91
సహస్సారిము. ....	92
పరమాత్మస్థానములు. ద్వాదశాంతము. ....	93
అష్టదశపద్మము. ....	94
పంచాక్షరి. అష్టసిద్ధులు. ....	96
సప్తభూమికలు. ....	97
హంసవిషయము. ....	102
అజసాగాయత్రీమంత్రజపము. ....	103
అక్షివిషయము. ....	106
చిదాకాశము. ....	111
అక్షరుడు. పంచముద్రలు. భేచరీముద్ర. ....	112
వజ్రభముద్ర. ....	113
అంతర్లక్యము. పిండోత్పత్తి. ....	114
దేహమలములు. ....	118

	పుట
ఉత్తరాయణము. దక్షిణాయనము. ...	119
అర్చిరాదిమార్గము; ధూమాదిమార్గము. ...	121
పరిచీకరణము. ...	122
తత్వములు. ...	128
ఉపవాయవృలు. ...	132
శరీరములు. ...	137
మహాకారణశరీరము. ...	139
పంచాగ్నులు. అవస్థలు. ...	140
పంచకోశములు. ...	142
ప్రాణవవిషయము. ...	145
అశ్రమములు. ...	146
సన్యాసము ...	149
పరమహంస. అరూపలయము. ...	153
ఆగామిసంచిత్రీపారబ్ధములు. ...	154
మహావాక్యములు. ...	155
ముక్తివిషయము. ...	158
విదేహముక్తుడు. ...	159
మహాకర్తలక్షణము. ...	168
మహాత్మాగిలక్షణము. మహాభోక్తలక్షణము. ...	169
బ్రహ్మవేత్త. బ్రహ్మవిద్వరుడు. బ్రహ్మవిద్వరీయుడు. ...	170
బ్రహ్మవిద్వర్తియుడు. బ్రహ్మవేత్తనియమములు. పరబ్రహ్మము. ...	171
అవిద్య. ...	172
అమనస్కము. ...	178
వాసనాశ్రయము. ...	174
అచలము. ...	175

# శ్రీ బ్రహ్మవిద్య.

శ్రీమద్వ్యాసపరాశరాదిముని సంసేవ్యంబు, నైర్గుణ్యము  
నామాకారక్రియావిహీనము, చిదానందస్వరూపంబు మ  
ర్యామర్యాదివిశేష్టవిశ్వసమలీకాంతంబు, నిర్వైకృత.  
ప్రమాణ్యంబగుచు వెలింగుపరబ్రహ్మంబైవండ్యం బిలక.

సర్వలోకాతీతంబును, సమస్తవృత్తిరహితంబును, త్రిగుణాతీతం  
బును, పంచకోశాతీతంబును, అవాక్మానన గోచరంబును, అగుపరమా  
త్మను తెలిసికొనుటకు బ్రహ్మవిద్య ముఖ్యము. చతుర్వేదసారం బగునుప  
నిషద్వాక్యార్థములను విచారణచేత పూర్వపక్ష సిద్ధాంతముల నేర్పరచి  
శ్రోతగా నుచు నిధిధ్యాసలచేత అవరోహ సామంతాకార స్వరూపజ్ఞాన  
మును కలుగజేయు చట్టిదియై, బ్రహ్మవిద్య.

శ్లో॥ అమృతవిద్యావర్జితా మవశ్యం నశ్వరం భవేత్

బ్రహ్మవిద్యా పరిచ్ఛేదం బ్రహ్మప్రాప్తికరం స్థిరమ్॥

ఇతరవిద్య యెంత తెలిసికొన్నను నశించునదియై. బ్రహ్మవిద్య  
అట్లునశించక స్థిరమైన పరబ్రహ్మజ్ఞానమును గలిగించి యా పర  
బ్రహ్మతోడ నైక్యమగునట్లు, అనగా కలిసిపోవునట్లుచేయును.  
అట్టి విద్యలభించుట అతిదుర్లభము. ఈగ్రంథమున దానినిగూర్చి  
విశేషసంగతులు స్పష్టముగ తెలుపబడినవి. గురువులేక యేవిద్యయును  
తెలియదనినది. మాన్యుడుగా గురువులక్షణము తెలియవలయును.

## గురువులక్షణము.

శ్లో॥ గుకారశ్చ గుణాత్మో రూపాత్మో రుకారకః  
గుణ రూప విహీనత్వా ద్గురుః త్యభిధీయతే॥

“గు” అనగా గుణముల కతీతము, “రు” అనగా రూపముల కతీతము. కావున “గురు” శబ్దమునకు గుణరూపములు లేనిది యనునర్థమును దెలియునది. కాననే “గురువు” అనగా గుణరూపములు లేనివాఁడు అని భావము.

అరచింక నెట్టివాఁడనెనః—

శ్లో॥ గుకార శ్చాంధకారస్తు రుకార స్తస్మిరోధకృత్  
అంధకారవినాశిత్వా ద్గురుః త్యభిధీయతే॥

“గు” అనగా కటికచీకటి “రు” అనగా అచీకటిని పోగొట్టునది. కావున గురువు అనగా అజ్ఞానమనెను చీకటిని పోగొట్టువాఁడని యర్థిపాయము.

అనేకమంది గురువుల మని పేరు పెట్టుకొని వచ్చి మోసము చేయుచుందురు.

శ్లో॥ గురవో బహవ స్సతి శిష్యవిత్రాపహరకాః.

తమేకం దుర్లభం మన్యే శిష్యహృత్తాపహరకమ్॥

శిష్యులయొక్క ధనమును అపహరించెడి గురువులనేకులు గలరు; కాని శిష్యులయొక్క హృదయతాపము అనగా మనస్సునఁ గలిగెడు వృత్తులను హరించెడి గురువు లభించుట కష్టము.

మనస్సులను పెదకుచో జగరూకులై బాలియండలి గుణగుణములను కడుమెలఁకువతోడఁ గనిపెట్టవలయును.



**పెద్దలు:**—ధనసంపన్నత, నెరసినపాద్యములు, ముసలితనమును, గల వారే పెద్దలని తలంపవలదు. బాలుడైనను వృద్ధుడైనను, ధనము గలవాడయినను నిరుపేదయైనను, మాటలు నేర్చినను నేర్వకున్నను, ఉపనిషద్ధర్మములను జెప్పగలిగినను చెప్పలేక యున్నను, తదర్థములను గ్రహించి అపరోక్ష సాక్షాత్కారమును స్వానుభవమును గలవారే పెద్దలని తెలియవది. అట్టి మహాపురుషులను సేవించి వారికి చతుర్విధ శుశ్రూషలను జేయవలయును.

పెద్దజీకము నభినయించుచు బూజ్యులవలె నటించుమోసగాండ్రిదరో యందును; కాపున సత్పురుషులను వారివారి చర్యలవలనఁ దెలిసికొనవలెను.

“ముఖం కద్మదశాకారమ్ సచచ్ఛందనశీతలమ్|

హృత్కర్తృసమం చాతివినయం ధూర్తలక్షణమ్||”

ముఖము తామరరేకులవలె వికాసము నొందియుండును; మాటలు శ్రీగంధమువలె గడు చల్లగనుండును; మనస్సుకత్తిరవలెఁగ్రూరముగనుండును. ఇట్టి అతివినయము నభినయించువారే మోసకారులగుధూర్తజను లని తాత్పర్యము.

కాపున నీగుణములనుబట్టి వేషధారులగు దుర్జనులను దెలిసికొని వారి సాంగత్యమును గోరక బ్రహ్మనిష్ఠాగరిష్ఠులగు పెద్దలను వెదుకవలెను.

ఇట్లు నిరాకాంక్షుండును నిత్యానిత్యవస్తు వివేకయుక్తుండును సకలవిధైహికాముష్మిక భోగవిరక్తుండును శమాదిషట్క సావత్తియు తుండును ముముక్షుతాసకున్వితుండును అగుశిష్యుఁడు నిజమితథక్తితో వేదుకుచుండగను అడబోయినట్టి మెదురైనట్లు పెద్దలసేవ లభించును.

“నాకు మేలుగోరు నాభక్తుడగువాడు : : : : :

భక్తజనుల కేన పరమగతియు

భక్తుడెందుజనిన బరతెతు వెనువెంట

గోపువెంటఁదగులు కోఁపెగిది॥”

నాభక్తుడు నామేలుకోరుచుండును. అట్టిభక్తుని దరింపఁ జేయుట నాకువిధి. కావున నతఁడెచ్చటెచ్చటికిఁబోవుచున్న నదయైచయాపు నాబోతు వెన్నాడినట్లు నేనాతనినే వెంబడించుచుండును.

అని భగవానులు చెప్పిరి. కావున భగవద్భక్తిగిలిగి యుపాసించుచున్నచో నాముముత్సుప్తనకుఁ దగినజ్ఞాని నాభగవానుడే ప్రత్యక్షముఁజేయును ఒకదీపమువలన నొకొక్కటియు దానివలన వేఱొక్కటియుగ నిట్లనేకదీపములు వెలిగింపఁబడి ప్రజ్వరిల్లున ట్టిబ్రహ్మవిద్యయు శిష్యపరంపరలలో నొకనివలన నొకొక్కటిగా బెక్కుటిచే గ్రహింపఁబడి వర్ధిల్లుచు నాహ్లాదమును గలిగించునని యెంచి వారికిఁ గలిగిన నిష్కేతుకజాయమాన కటాక్షమువలన నట్టిజ్ఞానులు తమభక్తులకు దాని నుపదేశింతురు. మఱియు డే త్రమును గుర్తెఱిగి విత్తనము వేసినచో మంచి ఫలము నిచ్చుననుతలంపుతోఁ గావువాడు పరీక్షించునట్లు సద్గురుండును సత్పాత్రునికొఱకు వెదుకుచుండును. అట్టి పెద్దలచెంతఁ జేరి సాధనచతుష్టయ సూపత్తిగలవాడై చతుర్విధమశ్రావణసేముచు వారినిష్కేతుకజాయమానకటాక్షమువలన తాపములుదీరిసత్కర్మాచరణమును వేదాంత శాస్త్రపరిజ్ఞానమును నిత్యానిత్యవస్తువివేకమును యిహముత్యార్థఫలభోగవిరాగమును, శమాదిష్టట్కసూపత్తియును గలిగి అనిష్కర్మమును తాపత్రయములను దగ్గఁ జేకనీయక మోక్షము నపేక్షించుచుండునది.

శరీరేంద్రియప్రాణాదులే ఆత్మ అనెడు సాసారసాగరమునుదాటిం  
చువాడు గురువు. శిష్యునికి గల సందేహములను నివర్తించేసి మోక్ష  
మార్గమును సూచించి విదేహముక్తికై వల్యము నిచ్చునట్టివాడేగురువు  
బోధకగురువు, వేదకగురువు, నిషిద్ధగురువు, కామ్యకగురువు,  
సూచకగురువు, నాచకగురువు, కారణగురువు, విహితగురువులని గురువు  
లెనమిది విధములు.

అందు:—

1. బోధకగురువు:—వేదాంతశాస్త్రములయందలి శబ్దార్థములను  
మాత్రము చక్కగ బోధించు గురువు బోధకగురువు.
2. వేదకగురువు:—వేదాంత శాస్త్రములయందలి శబ్దార్థముల  
జక్కగ బోధించి తత్వమును దర్శింపజేయువాడు వేదకగురువు.
3. నిషిద్ధగురువు:—వశ్యము ఆకర్షణము మొదలగు మంత్రముల  
చేత లుహలోకమందును పరలోకమందును సుఖదుఃఖముల  
నిచ్చువాడు నిషిద్ధగురువు.
4. కామ్యకగురువు:— పుణ్యకర్మముల జేయుమనిచెప్ప పుణ్య  
కర్మలుచేయించి తద్వారా లుహలోకపరలోక సుఖముల నిచ్చు  
వాడు కామ్యకగురువు.
5. సూచకగురువు:—వేదాంతశాస్త్రములయొక్క అంతరార్థమును  
దెలుపుచు జ్ఞానమును కలుగజేసి తద్వారా శమ డమ ఉపరతి  
తిలీక్ష శ్రద్ధ సమాధానము అనుషడ్గుణములను కలుగజేసి  
ఆత్మవలోకనచేయుటకు సూచించువాడు సూచకగురువు.
6. నాచకగురువు:—శ్రోతృత్వక్కు డిహ్వాఘ్రాణబు అనెడిజ్ఞా  
నేంద్రియములయొక్కయు వాక్పాణిపాదపాయూపస్థలనెడి క  
ర్మేంద్రియములయొక్కయు మనోబుద్ధిచిత్తాహంకారము అనెడి

## బ్రహ్మవిద్య

అంతరిక్రియములయొక్కయు విషయములగు శబ్దస్పర్శ రూప రసగంధంబులు, వచన దాన గమనాగమన విసర్జన ఆనందములు, సంకల్పవికల్పనిశ్చయ చంచల కర్తృత్వములు, వీటియందు వైరాగ్యమును గలిగించి శిష్యుని అంతఃకరణ నిర్విషయమగు నట్లు చేయు మహానుభావుడు వాచకగురువు. అట్టిబోధయదే మనస్సు ఊర్ధ్వముఖవ్యాప్తియై నిర్విషయమయి యుండును.

7. కారణగురువు:—అహంబ్రహ్మస్మి యను మొదలుగాగల వాక్యములకు బోధించి జీవేశ్వరైక్యమును తేటతెల్లముగ తెలిపి జీవన్ముక్తియనుభవమును గలుగఁజేసిన పరమపురుషుడు కారణగురువు.

8. విహితగురువు:—శిష్యునికి గల సకలసంశయములను నివర్తి చేసి ఆసచ్ఛిష్యుని యేమాత్రము సందేహములేనివానినిగాఁ జేసి తద్వారావిదేహము క్తికైవల్యము నిచ్చునట్టివాఁడు విహితగురువు. వానినే సాక్షాత్పరశివ్రుద్రునియు చెప్పవచ్చును. అట్టివాని వర్ణించుటకాదిశేషునికైన నలవిగాదు.

కాబట్టి బ్రహ్మవిద్యా ప్రణేయమొద్దఁ జేరి రహస్యములను తెలిసికొనవలెను.

## Beware of Gurus—Beware of Gurus.

కుమ్మరవాడు ఎంతటి తెలివిగలవాడయినను సాధనములైన దండము, చక్రము, మృత్తికయులేక కుండలు చేయలేనట్లు ఎంతసూక్ష్మ బుద్ధిగలవానికిని సాధనచతుష్టయసంపత్తిలేక బ్రహ్మజ్ఞానముకలుగనేరదు.



# సాధనచతుష్టయసంపత్తి.

నిత్యానిత్యవస్తువివేకము ఇహముతార్థఫలభోగవిరాగముశమాదివట్క-సంపత్తి ముముక్షుత్వము అని నాలుగువిధములు.

అందు:—

1. నిత్యానిత్యవస్తువివేకము:—తనశరీరము, భార్య, కొడుకులు కోడండు, కూతుళ్లు అల్లుడు, అత్తమామలు బావమరుదులు తల్లిదండ్రులు అన్నదమ్ములు పినతండ్రి, పెత్తండ్రి, పినతల్లిపెత్తల్లి యిల్లువాకిలి తోటదొడ్డి చేలుధనముభాగ్యము, మేటలు మిదైలు బుంగాళాలు, పర్ణశాలలు పశువులు పక్షులు క్రమికీటకములు ఎరుకలు పిల్లులు కుక్కలునల్లులు చీమలుదోమలు మొదలుగాఁ గల నేత్రములకు గోచరమగునట్టి సమస్తమున్ను బ్రహ్మవిష్ణు మహేశ్వరుల నెఱిఁగిఁగూర్తులున్న ఇంద్రుఁడు మొదలుగాఁగల దేవతలున్న అసత్యములనియు సత్యము విజ్ఞానము ఆనందము నిత్యము నిర్మలము అనెఱిఁపఁచలక్షణములచేత ప్రకాశించుచు చూపనామక్రియారహితమై సమస్తమునకు విలక్షణమై ప్రకాశించు షరబ్రహ్మమేసత్యమనియు నిత్యమనియుఁ దెలిసికొనుట.

ఇదియే ఆత్మానాత్మవివేకము అనియు చెప్పఁబడును.

“ బ్రహ్మ సత్యం జగన్మిథ్య. ”

“ సత్యం జ్ఞాన మనంతం బ్రహ్మ. ”

“ సర్వం ఖి ల్విదం బ్రహ్మ. ”

ఇదియే పూర్వపక్ష సిద్ధాంతముల నేర్పఁచుట.

2. ఇహముతార్థఫలభోగ విరాగము:—ఈలోకముమందుశ్రీలు, వస్తువులు, నగలు, పుష్పములు చందనము అత్తరువన్నెరు మొ

దలగాఁగల సుగంధ ద్రవ్యములు, మేడలు మిద్యలు యల్లువా  
కిలి తోటలు ధనము ధాన్యము ఆలు బిడ్డలు మొదలగువాని  
భోగములయందును పరలోకమందలి ఇంద్రుడవి మొదలుగాఁ  
గల పదవులభోగములయందును రంభాసంభోగాదులయందును,  
స్వర్గవైకుంఠ కైలాసాదులయందును, కోరిక లేకయుండుట.

3. శమాదిషట్కు-సంపత్తి:—శమము, దమము, ఉపరతి, తిత్తిక్ష,  
శ్రద్ధ, సమాధానము అని ఆఱువిధములు.

(1) శమము:—మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము,  
అనెడియంతరిందియములను, వానివృత్తులకుఁ బోసీయ  
క పరబ్రహ్మయం దైక్యముచేసి యుంచుట. మనస్సు వే  
దాంతశ్రవణమునకంటె వ్యతిరిక్తమైన విషయాదులకుఁ  
బోవుచుండనేని, దానినిమఱలించి వేదాంతశ్రవణాదుల  
యందు నిలుపుట. మనస్సును తొందరబెట్టి చెదరఁగొ  
ట్టక నెమ్మదిగా స్వాధీనము చేసికొనవలెను. దీనినే అంత  
రిందియనిగ్రహమనియుఁ జెప్పుదురు.

శ్లో॥ యతో యతో నిశ్చరతి మనశ్చౌఞ్చల మస్థిరమ్  
తత స్తతో నియమ్యైతదాత్మస్యేవ వశంసయేత్ ॥

భగవద్గీత—6 అ. 26 శ్లో.

చంచలమైన మనస్సు, ఏయే విషయముల  
యందు సంచరించుచున్నదో, ఆయావిషయము  
లనుండి దానినిమఱలించి, అత్యయందు వశ  
పఱచుకొనవలయును.

మనస్సు సంకల్పించును; అనఁగాకోరికలు పుట్టించును.  
బుద్ధి నిశ్చయించును. చిత్తము చలించును; అనఁగా  
సంజేహమును పుట్టించును. అహంకారము కార్యఫల

మొట్టమొదట దా యనువిచారమున కెడమియక మూ  
ర్ఖముతో కార్యమును చేయుచును. ఇవియే అంతరింది  
యము లనఁబడుమానస్సు, ఖుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము,  
ననువాని విషయములు.

- (2) దమము— బ్రహ్మములను గ్రహించునట్టి శోత్రేంద్రియము  
(=చెవులు), స్పర్శను గ్రహించునట్టి త్వగింద్రియము  
(=చర్మము), రూపమును గ్రహించునట్టి దక్షురిందియము  
(=కన్నులు) రుచులను గ్రహించెడి జిహ్వేంద్రియము  
(=నాలుక), సుగంధదుర్గంధములను గ్రహించెడి ఘ్రాణేం  
ద్రియము (=ముక్కు), అనెడి జ్ఞానేంద్రియములై దిటిని;  
వచనములుగల వాగింద్రియము (=నోరు), దానప్రతిగ్ర  
హములుగల పాణేంద్రియము (=చేతులు) గమనాగమన  
ములుగలపాక్షేంద్రియము (=కాళ్ళు), విసర్జనముచేయుపా  
యురిందియము (=మలద్వారము), రత్యానందముగలఉప  
స్థేంద్రియము (=మూత్రద్వారము), ననెడుకర్మేంద్రియ  
ములై దిటిని; వాని వానివ్యాపారములకు పోనియక పర  
బ్రహ్మాయందైక్యముచేసి యుంచుట. ఇంద్రియములువే  
దాతశ్రవణమునకంటె భిన్నమైన విషయాదులకు పోవ  
యత్నించుచుండ, వానినిమఱలించి వేదాంత శ్రవణాదు  
లయందే నిలుపుట. దీనినే బాహ్యేంద్రియనిగ్రహమనిచె  
ప్పుదును. మనసు నిలిచిన నింద్రియము లన్నియునిలుచును.

శోత్రత్వక్షుత్పిష్టాహ్వప్రాణాబు లనెడు జ్ఞానేంద్రియ  
ములచేత అజ్ఞుల కందఱకు మనసు సంచరించును.  
జ్ఞానులకు ఆజ్ఞానేంద్రియముల సహాయములేకనే మనసు

విహరించును. మోగాభ్యాసముగలవారలు జ్ఞానేంద్రియముల సహాయములేకనే వాల్చిన నేర్తమువల్ల సమస్తమును చూడగలకు వినుగలకు తెలిసికొనగలరు.

శ్లో॥ యదా సంహారతే చాతుం కూశ్మోక్షానీవ సర్వకః

ఇన్ద్రియాః శీన్ద్రియాః ధేభ్యస్తస్య పృజ్ఞాప్రతిష్ఠితాః॥

భగవద్గీత—2 అ. 30 శ్లో

తా బేలు, తనకరచరణాద్యవయవములను వెలుపలి

నుండి తనలోని కిముడ్చుకొనునట్లు లేవఁడు విషయముల

యం దిచ్చగలిగియుండు తనయింద్రియములను మఱ

లించి, మనస్సును ఆత్మయందే యిముడ్చుకొనుచున్నాఁ

డో అలెనియొక్క బుద్ధియె మిక్కిలి స్థిరమైనది.

(8) ఉపరతి:—సకలపాపకర్మంబుల విడిచి సకలపుణ్యకర్మంబులచే భగవంతునికి శ్రీలిగలిగించుట.

ఉపరతి యనగా శ్రీ చేయు సంభోగమని యంద

అకుఁ దెలిసేవవిషయమేకదా. సమస్తపాపంబులకు మనస్సు

శ్రీగూ నెంచఁబడి యున్నది అట్టిమనస్సు అధోముఖ

వ్యాప్తియగునేని విషయములకు దిగును. ఉర్ధ్వముఖ

వ్యాప్తియగునేని విషయములనువిడచి నిర్గుణసాక్షా

త్కార పరబ్రహ్మస్వరూపమునందే నిలుచును. కావున

సర్వకాల సర్వావస్థలయందును మనసుకకు ఉర్ధ్వముఖ

వ్యాపనము నభ్యాసము చేయవలయును. అట్టియెడ నది

క్రమక్రమముగ శీర్షమనియ్యఁగల నది విషయములకు

పాళి మోచును. ఇదియే శీర్షార్థకర్మము. అట్లు అభ్యా

సమునందడ మనస్సునకి నేర్పఁబడిన సంజ్ఞ మనసునకొక



కృమముగ కృత్తులకు పోకుండు నిటుపుట కథ్యాసము చేయఁగా మనసునిలుచును. మనసు నిలిచినతోడనే స్వప్న కాశమనడి శుద్ధతెలివిజ్ఞాననేత్రమునకు కనబడును. ఆ తెలివికే ఆత్మజ్యోతి యనియు చిత్తకాశమనియు పెద్దలు చెప్పడారు. అదియే మూల ప్రకృతి; సర్వసాక్షి. ఇట్లుమనస్సు స్వాధీనమయి ఆత్మయందు నిలిచి క్రీడించుటయే ఉపరతి. కనుకఉపరతి యగు పదమునకు ప్రపంచవ్యవహారానుసారముగ నర్థము చేయక నిజ మగు నీయర్థమును తెలిసికొని మున్నుండు మనసుకు స్వాధీనము చేసికొనవలెను. పరమార్థమందు మనసుప్రీతగాను అత్త పురుషుఁడుగాను తలంచవలెను. అభ్యాసమందు మనసు నులనాహతచక్రమందు నిలిపి పీఘట నాఙ్గాచక్రమునఁ జేర్పవలెను. దానికిటుకు తెలిసిన వెనుక సుషుమ్నానాడి కాగ్రమగుసహస్రారమునకుఁ జొప్పించినిరంతరసాఖ్యము ననుభవింపవచ్చును. అంగడిలో చక్కెరయున్నదని చెప్పిన మాత్రమున వినియోగముగల్గునా? ఆచక్కెర కొని తెచ్చి తినినచోఁగదా దానిమధురము తెలియఁగలను అట్లులే యిదియు ననుభవ వేద్యమయియుండు.

(చూడఁడు — చక్రవిషయము.)

శ్లో॥ పత్రంపుష్పంఫలంతోయం యోమేభక్త్యాప్రయచ్ఛతి  
తదహం భక్త్యుపహృత మహ్నామి ప్రయతాత్మనః॥

భగవద్గీత — 9 అ. 16 శ్లో.

ఎవ్వఁడైననీమి ప్రతిఫలమును గోరక, యొకదళమో, పూవో, కుంతో, కిరీ, నాకు భక్తితో సమర్పించినయెడ, తాని నే సారగింతును. అని భగవానులు చెప్పిరి.

కనుక కామకోధలోభ మోహమదమాత్సర్యము లనెడు అరిషడ్వర్గమును దగ్గఱకు. జేరనీక యేపాపకృత్య ములకును బోక ప్రతిఫలము నపేక్షింపక భగవద్ద్విత ముగాఁబుణ్యకర్తయు అమాత్రమే చేయుచునుండుటయే యుచరతి. దీనినే సామాన్యముగ నరిషడ్వర్గమును జూచు చుట యందురు.

శ్లో॥ కామః కోధశ్చ లోభశ్చ దేహేతిష్ఠాతి తస్మిన్ రాజాః

జ్ఞానరత్నావహారాయ తస్మాజ్జగతజాగ్రతః॥

కామము=కోరిక; కోధము=కోపము; లోభము=పిసిని గొట్టుతనము; మోహము=స్త్రీమోదనైనను ధనము మీఁదనైనను గలిగెడుకోరిక; మదము=ధనమువలన నైనను విద్యవలననైనను గలిగెడి యంధ కారము; మాత్సర్యము=ఓర్వతేనితనము. ఇవి శరీరమునందలి దొంగలు- అనుగా అంతశ్శత్రువులు. ఇవి జ్ఞానమనెడు రర్షమును దొంగిలించును. కనుక జాగ్రతపడవలెను.

- (4) తిలీక—ప్రార్థనశమునఁ గలిగెడి సుఖమునకు సోపానమిచ్చక, దుఃఖమునకు వ్యసనపడక యేదిప్రాప్తమైనను సమబుద్ధితో సహించియుండుట.

శ్లో॥ యస్మత్వ్రతానభి శ్రేష్ఠాస్తతత్సావ్యక్త శుభాశుభమ్

నాభినందతి నద్వేష్టి తస్య ప్రజ్ఞా ప్రతిష్ఠితా॥

భగవద్గీత — 2 అ. 51 శ్లో

ఎవఁడు జేహప్రాణదుఃఖగుభ్యువిషయములలో దేని

యందు నభిమానముతోక తనకుఁ గలిగిన శుభమును

గూర్చి సంతోషమునుగాని యనుభమునుగూర్చి విచారమునుగాని పొందకుండునో వానియొక్క బుద్ధియే మిక్కిలి స్థిరమైనది.

(5) శ్రద్ధ—వేదాంత శాస్త్రములయందు, గురువునందు, ఈశ్వరునియందు, బ్రహ్మవేత్తలగు పెద్దలయందునుండు నచంచలమగు భక్తియే శ్రద్ధయనబడును.

(6) సమాధానము—పెద్దలవలన రహస్యములను జెలిసికొనునపుడు మనసును, యింద్రియములను, విషయములకు లోబడనీక నిలుపుట. అనగా మనసును జెదరనీయక పెద్దలు చెప్పెడి రహస్యములను జెలిసికొనుట యందాసక్తితో నుండునట్లు నిలుపుటయని భావము. పెద్దలవలన తెలిసికొనిన సంగతులున్న వేదాంతశాస్త్రమును చెప్పబడిన సంగతులున్న యొకదేయని శృతియుక్తి అనుభవములచేత మనస్సునందు సమాధానపడుచుకొనుటయే సమాధానము.

4. ముముక్షుత్వము — అగ్నిలోబడినవాడు జలమునుజూడబాటెడు చందంబున సంసారారణ్యమునందలి తాపత్రయదేవానల కీలకకు గమనినపురుషునికి మోక్షసుఖానిధి యెచ్చట నెచ్చటనని యత్యాసక్తిచేతగలిగినవీర్వత్వము. సంసారతాపంబు నుదాలించు సద్గురువు లేవరు? సాధనములేమి? అనిచింతించుట.

ఈ నాలుగుసాధనంబులును గలవారే మోక్షాధికారులు. ఈ నాలుగుసాధనములే మనస్సు అనెడిపెద్దపులిని, ఆశ యనుకృష్ణసర్పమును, కామకోపధలోభమోహమదమాత్సర్యంబు అనెడిదొంగలను, పారదోలును ఈ సాధనచతుష్టయ సంకల్పితేనివానికి శ్రవణాదులచేత విజ్ఞానము యెన్నటికిని లభింపదు.

## తాపత్రయములు

1. ఆధ్యాత్మిక తాపము = వాతపితృశ్లేష్మ వికారముల వలన తనయొక్క శరీరమునకును యింద్రియములకును కలిగిగణిజ్వరము, తలనొప్పి, చలిజ్వరము, క్షయదగ్గు, మూలశంకవ్యాధి గుల్మము, అతిసారము, శ్వాసము, మూత్రకృచ్ఛము, అధిశ్లేష్మము, నల్లపాండువ, అజీర్ణము, మొలలుజాడ్యము, మొదలగు వ్యాధులవలన కలిగిగడి విశేష బాధలను అనుభవించుట ఆధ్యాత్మిక తాపమని చెప్పబడును. మరియు గుడ్డితనము, మూగతనము, చెవుడు మొదలగునవి సంభవించినపుడు దేహేంద్రియాదులకు తాను వేరుగనుండియు అజ్ఞానమువలన నేను గుడ్డిని, నేను మూగను, నేను చెవిటివాడను, నేను వ్యాధిగ్రస్తుడనైతిని అనుకొనుచు దుఃఖించుటయును ఆధ్యాత్మికతాపమని చెప్పబడును.
2. ఆధిభౌతిక తాపము = పంచ భూతములవలన పుట్టినటువంటి నామ రూపములుగల పాములు, లేళ్ళు, పెద్దపులులు, చిరుతపులులు, సింహములు, ఏనుగులు, గుడ్డిముట్టలు, దొంగలు, మనుష్యులు పశువులు, కుక్కలు, నక్కలు, అడవిపండులు, ఈగలు దోమలు, నల్లులు, పేలు, చీమలు, యర్రచీమలు, గండుచీమలు, పిల్లులు, త్రాగుబోతులు, ఎలుకలు, పాదికొక్కులు, చెదలు పురుగులు, మొదలయిన దుష్టజంతువులవలన కలిగిగడి బాధలచేత దుఃఖించుట ఆధిభౌతికతాపమని చెప్పబడును. మరియు భార్య పుత్రులు, పుత్రికలు, దుిత్రులు, సేవకులు, బంధువులు, అత్తలు, గురువులు, తల్లి, తండ్రి, తాత, అమ్మ, అత్తలు, తమ్ములు, అక్క-

లు, చెల్లెల్లు అత్త, మామ, మొదలగువారికి కలిగెడు వ్యాధులు మొదలగువానివలన తాను దుఃఖించుటయు ఆధిభౌతిక తాపమనియే చెప్పరబడు.

8 ఆధిదైవికతాపము = దైవికముగ సర్వ ప్రపంచమునకు అతివృష్టి, అనావృష్టి, నుడిగాలి ఓరుగాలి, ప్రళయగాలి, ఎడలేకపోవుట, ఎడవి శేషముగ కాయుట, గాలివాన, మంచుకురియుట, పిడుగులుపడుట, రాళ్ళవానకురియుట, చలివేయుట, మంటపప్రాకారములు గుడిగోపురములు గాలిగోపురములు జనులమీదఁ బడుట, వెల్లువలు ప్రవాహములు పరదలు పాడుటవలన జనులు నశించుట, ధరలు హెచ్చులు పంటలు లేకకరువుగానుండుట మొదలగునవి కలిగినపుడు తాను నిర్మలుఁడనని తెలియక లోకమునకును లోకులకును యిట్టి కష్టములు కలుగుచున్నవే నేనెట్లు బ్రతుకుదును? నాకేమి సంభవించునో? ఈకష్టమునెట్లు సహింతును? నాకేమిసాయము లేకుండ కాపాడువారెవరు? నాకుదిక్కెవ్వరు? ఈదుఃఖసాగరము నెట్లు దాటుదు నని పడితపించుచు దుఃఖించుటయే ఆధిదైవిక తాపములని చెప్పరబడును.

ఈతాపత్రయస్వరూపముం దెలిసికొని యిది శరీరేంద్రియములకుఁ గాని దీనికి నాత్మయైన తనకు లేదని యెఱుఁగువాఁడే ముక్తుఁడు. దీనిని దెలిసికొని ప్రారబ్ధవశమున గలిగెడి సుఖమునకు సంతోషించక దుఃఖములకువ్యసనపడక నిర్వకాలసర్వావస్థలయందు నిర్గుణసాక్షాత్కార పరబ్రహ్మస్వరూపమునందే మునుచు లగ్నము చేయుచునుండవలయును. మరియు నీక్షణక్రియములకు లోబడఁగూడదు.

## ఈ షణ్డత్రయములు

1. పుత్రేష్వణము. — కొడుకుల యందులి ఆశ పుత్రేష్వణము. బ్రహ్మవేత్తలుతప్ప తక్కిన వారందఱును “అపుత్రస్య గతిర్నాస్తి” “పున్నామ్నానరకాత్మాయత ఇతిపుత్రః” “సుతులు లేనివానికి గతులు లేవు” యొడలగువచనములు చెప్పుచు వానికి గల నిజమైన యర్థమును దెలియక విపరీతార్థముల నూహించి పుత్రులుగలవారి కేయిహపరలోక ములయందుసుఖములుగలవనియు పుత్రులు లేనివానికి నట్టిసుఖములు లేవనియు దలంచుచున్నారు. కావున నిపుడు పుత్రులు పుట్టియు బుట్టకయును దల్లిదండ్రులకు నెల్లప్పుడును దుఃఖములనే గలిగించువారైరి. పుత్రులులేరని యందువలనఁ దమకింకఁ బుత్రుననరకము తప్పదని యుఁ టితిపించుచుఁ బెక్కులు పొందెడు దుఃఖమును దినదినము ను గన్నులారఁ జూచుచునేయున్నాముగదా? ఇంక నాపుత్రులు పుట్టి తల్లిదండ్రులను పెట్టుకడగ ద్లంగూర్చి యుంచుక విచారింపిచూతము. పుత్రులు పుట్టినవెనుక విద్యలేమివలనను సద్గుణసంపత్తి పట్టువడకపోవుటవలనను దల్లిదండ్రులకు దుఃఖమునే కలిగించుచుండురు. మఱియుఁ దల్లిదండ్రులు చచ్చినపిదప వారికిఁ దమపుత్రులుచేయు సత్తరక్రియలు ను శాస్త్రధర్మణాదికములే సద్గతిని గలిగించునని మురియుచున్నారు. అదియెల్లకల్ల. నిజమేయైనయెడల దల్లిదండ్రులుజీవించియుండుగాఁ జూతుఁ దుపారీపేరుచెప్పి బ్రాహ్మణులకు సంతోషిగ భోజనము పెట్టుచు వారికి నన్నముపెట్టనిచో నాతల్లిదండ్రులయఁక లితీతివలయునేకదా? అట్లుతీరునా? ఇట్లు చెప్పుటచేత శాస్త్రములు యొడలగునవి పెట్టుటమానవలయుననిచెప్పుట కాదుసుమీ. వానివలనను ఫలముకలదు. కాని యది యా

పుత్తుని సద్గతికి కారణములు. ఇది నిశ్చయము. పుత్తుడు చేయుచున్న  
కాదికములవల్ల తల్లిదండ్రులకు స్వర్గలోక పొప్పిచును గాని మో  
క్షము రానేరదు. మఱియు సనకుడు, సనందనుడు సనత్కుమారుడు,  
నారదుడు, హనుమాతుడు, భీష్ముడు, మొదలగువారు పుత్తులులేకయే  
సద్గతిని జెడినారు కారా? శ్రీకృష్ణునిగన్న దేశకీవసుదేవులు శ్రీకృష్ణ  
నిర్యాణమునకు బిడప బుత్తికోకము ననుభవించియు, దమ సుకృతము  
వలన సద్గతిని జెందలేదా? కావున సీపుత్తులవలననే మోక్షము దల్లునవి  
నమ్ముట వట్టివెట్టి. వారివారిస్వప్నయత్నములవల్లనే మోక్షముకలుగును.

పుత్ర శబ్దమునకు నిజమైనయర్థ మేది యన. — పుత్ర అనెడు  
నరకము (అనగా దుఃఖము) నుండి తల్లిదండ్రులను రక్షించువాడు  
పుత్తుడు. సంసారతాపత్రయము లనెడుదుఃఖసముద్రములోనుండిరక్షిం  
చునది విజ్ఞానము “యద్వైశ్యంతన్నశ్యం” అనునట్లు నేత్రమునకు గోచర  
మగుసమస్త ప్రపంచము నస్థిర మనియు, బాహ్యభ్యంతరముల యందు  
సర్వత్ర ప్రకాశించుపరబ్రహ్మమొక్కటియే సత్యమనియు, నదిస్వప్రకాశ  
మనియు, దనకంటె నాపర బ్రహ్మస్వరూపము భిన్నముగానేర దనియు,  
నెచట నేవంక జూచిన నాపర బ్రహ్మస్వరూపమే తప్ప వేరొండు లేదని  
యు, దెలిపెను తెలివియే విజ్ఞాన మనబడుచున్నది. అట్టివిజ్ఞానము కలు  
గుటయే పుత్తుడు కలుగుట. పెద్దలవలన రహస్యములను జెలిసికొని  
సర్వకాల సర్వావస్థలయందును శ్రవణ మవన నిధిధ్యాసలచేతను జ్ఞాన  
వైరాగ్యములచేతను మోక్షము నొందవలయును.

**సంసారము.** బాహ్యసంసార మనియు అంతరసంసార మనియు  
రెండువిధములు. బాహ్యసంసార మనగా భార్యాపుత్రులు చుట్టపక్క  
ములు మొదలగువారు. అంతరసంసార మనగా జ్ఞానేంద్రియములు,  
కర్మేంద్రియములు, అంతర్బుద్ధియములు, వానివ్యాపారములు, అరిష్ట  
ద్వంద్వము, రాగభయములు మొదలగునవి.

మృగపక్షి మనుష్యులయందు మృగములకుఁ బుత్రేషణ మధికము. పక్షులకు దారేషణ మధికము. మనుష్యులకు ధనేషణ మధికము. అని కాశ్రుజ్ఞులు చెప్పుచును. ధనమువలె ప్రీతి నొనరించుటకు గలవారి నైన బాప మనెను సముద్రములో ముంచివేయుచును.

**2. కార్యవిచారణము.**—కార్యయందలి యాశ దారేషణము. సా సారమెల్లప్పుడు దుఃఖకర మైనదయ్యె. అట్టిసాసారమునకు భార్యయే మూలము. ఎట్లనగా భార్యరాకమునకు రాకపోయె నని యొక దుఃఖము; వచ్చినచో గుణవతికాక పోయె నేని మఱియొకదుఃఖమును గల్గును. అట్లుగాక గుణవతియే యైనచో నాభార్యభర్తలదాంపత్య సౌఖ్యమంతయు కాశ్యముగనుండును.

శ్లో॥ కార్యేషుమతీ కరణేషుదాసీ భోజ్యేషుమాతా కయనేషురంభా  
ధర్తానుసారీ క్షమయాభరణీ వ్యభిజ్యభార్యా కులముద్ధరంతి॥

1. కార్యవిచారణమునందు మంత్రినలె నాలోచనలు చెప్పుచు,
2. పనులయొక బానిసపోల్చి నుపచారములుసేయుచు,
3. ఆహారము పెట్టువిషయమునఁ దల్లనిమఱపించి పోషించుచు,
4. పాన్పున రంభవలె గ్రహించుచు,
5. ధర్తకార్యములపట్ల నీడకవడి ననుసరించి నడుచుకొనుచు,
6. ఒప్పునందు భూమివగిది నట్టి భారమునైన సహించుచు,


నీ యాముగుణములతో నెప్పుడూ కులమునుద్ధరించు నని చెప్పఁ బడియె. ఇట్టిమహావక్త్రవక్తయగు భార్య అభించినను విరతమైన పోషణయే యుంచవలయుం గాని అధికానురాగము కుడదు. అట్టిచో భార్యవలని దుఃఖము కలుగ నేరదు. భార్యగుణవతి యయ్యె నేని బ్రహ్మజ్ఞానమునకు భంగము కలుగదు. ప్రీతిపడిచినయెడ నుఖమనిభ్రమసి యేప్రీతి విడువ వలెనో తెలియజాలక యనురాగవతి యగుమహావతి ప్రళయ పథలి



కొండలుసన్యాసము పుట్టుకొనుచున్నారు. మఱికొండలుభార్యయందలికోపముననో సంతారమును భరింపలేనిలోపముననో సన్యాసివేషముల భరించి యాయాశ్రమవిధినే తెలియక సంచరించుచున్నారు. “తలలు బోడులైనఁ దలఁపులు బోడులా?” సన్యాసాశ్రమమునుగూలించి ముందు వ్రాయఁబడును. జుదెములుత్రొంది, నత్తిగొరిగించుకొని, కాయగుడ్డలుచుట్టి, డండముపట్టినంతమాత్రమున సన్యాసముకానేరదు. మనస్సేస్త్రీయని యిదివఱకుఁ జెప్పియే యుంటిమికదా! ఆస్త్రీనే భార్యగనంచి యట్టి భార్యస్వరూపమగుమనసును వర్జించుటయేయమనస్కృతయనియు నదియే సన్యాసమనియును బెద్దలుపేర్కొనియున్నారు. అట్టిమనసులేని యెడ ననగా వృత్తులు పుట్టనియెడ సన్యాసాశ్రమముననున్నను మఱి యేయాశ్రమముననున్నను భేదభావముగలుగదు. కనుక ముఖ్యముగా వృత్తిరహితము గావలెను గాని యాశ్రమములతోఁ బనిలేదు. దాఁరే పణము మనుజులకంటెను బక్కుల కధికమని చెప్పియేయుంటిమి.

శ్లో॥ సత్యం మాతా, పితా జ్ఞానమ్, ధర్మోభాస్ర, దయా సఖీ,  
శాంతి పత్నీ, క్షమా పుత్ర, షడ్డ తే మమ భాంధవాః॥

అను పాండవగీతాప్రమాణమును బట్టి:—

1. సర్వకాలసర్వావస్థలయందును గల్గపొరయునని సత్యమే తల్లి  తనయొక్కగాని మఱియొకని యొక్కగాని, పాణమావములనురక్షించుటకే చెప్పినయడధమును సత్యమేయగును.
2. దృష్టికి గోచరమగు వస్తుకాతమంతయు సత్యమనియుఁ పరబ్రహ్మస్వరూపమొక్కటియే సత్యమనియుఁ చెలియునట్టి జ్ఞానమే తండ్రి.
3. అన్యాయమునకుఁ బోక, న్యాయముగాఁ బ్రవర్తించుటయే ను ధర్మమే సోదరుడు.

4. సర్వభూతములయందును సమానముగా గనుపూచుదయ  
యను యోగము.

5. స్వభావసిద్ధముగా మనమునకు దొందరపాటు కలిగిననుదా  
నిని విషయములనుండి మఱలించి పరబ్రహ్మము దేనిలుపుట  
యను పరమోపశాంతియే భార్య.

6. కష్ట నిష్ఠురములెన్నిగల్గిన నోర్చియుండుట యను శ్రమయే  
పుత్రుడు.

ఈ యాటుగుణములు గలవాడే జీవన్ముక్తుడు. అట్టిపరమోపశాం  
తికలిగినయెడ నగ్నిసాక్షిగా వివాహము చేసికొన్న భార్యవలని సుఖదుఃఖ  
ములు తనను బాంపపు. కనుక భార్యనుత్యజించి సన్యాసము తీసికొ  
నుటవలని లాభములేదు.

**భార్య** పరమోపశాంతియ నెడుభార్యతో గూడికీడించుచుబ్రహ్మ  
సందమనెడు తూగుటుయ్యలపై దూగుచుడిననే ముక్తుడగుచుగాని  
తొక్క, చర్మము, మాంసము, నెత్తురు, మేధస్సు, అస్థి, మజ్జయుననెడు  
సప్తభాతువులతోడనుగూడి జననమరణాదుల కునికిపట్టును మలమూత్ర  
ముల కిరపు నగుశరీరము గలభార్యతో గీడించిన ముక్తికలుగనేరదు.  
మూల్రద్ధ్వార మనెడుముట్టుకొంపయందాః గీడించుచు సందలి యల్ప  
సుఖమున కాశపడక తైత్తిరీయోపనిషత్తునందాః జెప్పబడిన హాప్సన  
“సేద్రయోనిః” అనుశ్రేష్ఠమయినదియు, నెడలేగనిసుఖమునిచ్చునది  
యు, బ్రహ్మస్వరూపప్రాప్తికి, మార్గమైన యోనియందు రమించియా  
సుఖమును బుద్ధిమంతులు తెలిసికొనవలెను.

9. **ధనమేనము.**—ధనమందలి ఆశ. “మూలాపుత్రవిరోధాయ  
హిరణ్యాయ నమోనమః” అనునట్లుధనమువలనఁ దల్లికలి బిడ్డకును  
విరోధము కలుగినను, దుఃఖమునకు కలుగినను అట్లుసుఖముకలిగినను  
ధనమే సంపాదింపవలెనన్నః—

శ్లో॥ అర్థానా మాత్రనే దుఃఖః, పూర్జితానాం చ రక్షణే,  
అర్జితాంచ వ్యయే దుఃఖం, ధీ గర్భం దుఃఖ భాజనమ్॥

అనఁగా ధనమును సంపాదించుటయం దొకదుఃఖము.  
సంపాదించినధనమును గాపాడుకొనుటయం దొకదుఃఖ  
ము. కష్టపడి సంపాదించినధనమును ఖర్చుచేయుటయం  
దొకదుఃఖము.

కావున నిట్టిదుఃఖ హేతు వగుధనముమీఁద పామరులవలె జ్ఞానులు  
ఆశనుంచక దానిరాకకు నానందింపక, పోకకు దుఃఖంపక, తామనుభవిం  
చుచు, సత్వత్సలనుగుర్తెరిగి, దానములు చేయుచు, సర్వకాలసర్వా  
వస్థలయందును దృక్తికలిగియుండురు. కావున సద్గతికిజ్ఞానము కారణము  
గాని, ధనము కారణముకాదు. ధనమువలనఁ బ్రాణహానియు మానహాని  
యును గలుగును. కమక దుఃఖములకుఁ గారణమైన ధనముపై మక్కువ  
యూచక పరబ్రహ్మజ్ఞాన మనెఱుఁగఁజూడఁగల ధనము నార్జించువాఁడేముక్తుఁడను.

## రాగ ద్వేషాదులు

రాగము ద్వేషము కామము కోరిక లోభము మోహము  
మదము మాత్సర్యము ఈర్ష్య అసూయ దంభము దర్పము అహంకా  
రము నని పదుమూడు విధములు.

అందుఁ—

1. రాగము—అన్యస్త్రిమీఁద కోరిక గలిగి యుండుట రాగ మని  
చెప్పబడును.
2. ద్వేషము:—తన కపకారము చేయువానికి తిరిగి అపకారము  
చేయవలె ననడి బుద్ధియే ద్వేషమని చెప్పబడును.
3. కామము:—అనఁగా కోరిక. స్త్రీలు ధనము భాగ్యము లిల్లు  
వాటితో లోటనొడ్డి చేరు మొదలగునవి విశేషముగ సంపా  
దించవలయు ననియు కొడుకులు కోడలుగొనకొమ్మార్తెలు

అట్లును మొదలుగా గలవారు కలుగవలయు ననియు అందరి  
లోను తాను అధికముగా నుండవలయు ననియు మొదలు  
గాగల ధుతిలేనికొరికలు గలిగియుండుట కానుము.

4. కోరికము:—తనమాట కెదురాడువానిని, తాను చేయునట్టిపను  
లను ఆక్షేపించువానిని, దండించవలె ననెడిబుద్ధియే కోరిక  
మని చెప్పబడును.

5. లోభము:—తనకు దొరికినదానిని పరుల కియ్యగూడ ననెడిబుద్ధి.  
పూర్వజన్మయందు తాను చేసికొనిన సుకృతముకొద్దితనకు  
లభించిన ద్రవ్యములో కొంచమొసనను ధర్మముచేయుట  
యందును పరుల కుపకారము చేయుటయందును అసూయత  
గలబుద్ధి. దీనినే లోభమని చెప్పుదురు.

6. మోహము:—భార్య బిడ్డలు ధనము భాగ్యము యిల్లు మొద  
లగువానియందు అమితమైన ఆశేమ గలిగి వాని రాకకు  
సంతోషించుచు పోకకు దూఱుచుచు యుక్తాశుక్తములను  
దెలియక ఆమోహముచేతనే నిండి నిబిడికృతమై కప్పబడి  
యుండుట.

7. మదము:—సకల సంపదలు గలిగి గర్వముచేత తానేమిచేసినను  
చెల్లు ననెడిబుద్ధి. దీనినే మదము అని చెప్పుదురు. కులమదము,  
బలమదము, ధనమదము, యశావనమదము, రాజ్యమదము,  
రూపమదము, విద్యామదము, తపోమదము, అనియెనిమిది  
విధములుగలమదములు.

8. మాత్సర్యము:—ఇతరులు తనకంటె అధికముగా విశ్వర్యము  
బలపరాక్రమములు చక్కడనము ముఖవర్చస్సు విద్యా  
విశేషము ధనము సర్వసత్తులు గలవారై యుండినని అట్టి  
వారిని కూచి దుర్బలేక వారికి దురుపు చేయవలెనని వారిని  
తంపవలెనని యుండెడిబుద్ధి. ఇదియే మాత్సర్యము.

9. ఈర్వ్య — పూర్వజ స్తమమ తాను చేసికొనిన పాపముయొక్క ఫలముగా నీజ స్తమమ తాను కష్టములను అనుభవించుచు తనవలెనే యితరులును కష్టపడవలయు ననెడిబుద్ధి. దీనినే ఈర్వ్యమని చెప్పుదురు.

10. అనూయ — పూర్వజ స్తమమ తాను చేసికొనిన పూర్వము యొక్క ఫలముగా నీజ స్తమమ తాను సుఖము అనుభవించుచు తనవలెనే యితరులందఱును సుఖపడ గూడదు. వారందఱు కష్టపడవలయు ననెడిబుద్ధి. ఇదియే అనూయ అని చెప్పబడును.

11. దంభము — తనను అందఱు భూషించవలెను. అందఱు మెచ్చుకొనవలెను అనెడిబుద్ధియే దంభ మనబడును.

12. దర్పము — అన్ని పనులు తనచేత నగును. అన్నిటియందు తాను శక్తిగలవాడను యితరులచేతఁ గాని యెట్టిపని నయినను తాను చేయఁగలను తనతో సమానుఁడు లేడు అనెడిబుద్ధి. దీనినే దర్పమని చెప్పుదురు.

13. అహంకారము — ఇతరులను బెడఁగించుచు కేకలు వేయుచు మదగర్వము చేత కన్నుగానక సంచరించెడిబుద్ధియే అహంకార మనబడును.

Note: — ముముక్షువు లీదుర్గుణముల కెడమియ్యకగురువులను పెద్దలను సేవించుచు వేదాంతశాస్త్రములను చదువుచు పెద్దలయొద్ద క్రిపణముచేయుచు వారివలన రహస్యములను బెరిసికొనుచు నుండవలయును.

ఇట్లు సాధనచతుష్టయ సంపత్తిగలవాడై, తాపత్రయములకు నీషణశ్రయములకు రాగ క్లృష్ణాదులకు లోబడక, గురువును నెదకవలెను.

గురువును మెదకుచో జాగరూకులై వాఱియుండులి. గుణగుణముల నుగడుమెఱియవనోద. గనివెట్టు వలయును కొందఱు కొందఱు కట్టడిగా నేర్పరచి వారు కొడినంత దృశ్యము నియ్యనియెడల ఉపదేశముచేయ మనియు వాకి తృప్తిగ దృశ్యము నిచ్చినచో ఆయా గురుదక్షిణ యొక్క అల్పఅధిక్యతలనమసరించి శిష్యునికి బోధించెద మనియు చెప్పు దును. ఇదియే కలికాలపు గురుశిష్యన్యాయ మని తలంచవలెను. అట్టి మహాసీయుల చెంత జేరక బ్రహ్మనిష్ఠాగరిష్ఠులగు పెద్దలను నెదకవలెను. తనను దాను దెలిసికొనెను విజ్ఞానము. పశువులకు తేను; కనుక వానికి ముక్తిలేదు. మనుజునకు జీవితకాలము బహుస్వల్పము. అందు సగము కాలము నిద్రకింద హరించును. కడమ సగము సుదరపోషణార్థమై యుండును. తేపుతేపని జరిపినచో వ్యర్థమగును గనుక ప్రతినిమిషమును సద్వినియోగము చేయవలయును.

శ్లో॥ అశయా. బద్ధతేనో కేక ర్తణా బహుచింతయేత్

అయుక్తీణాం నజానాతి తస్మాజ్జాగ్రత్ జాగ్రత్॥

కొడికతోడనే ప్రపంచమున్నది. దిన దినమునకు అయ్యపు క్షీణించుచు న్నది. ఆకారణమువలన అలస్యముచేయక జాగ్రత్పడవలెను. పెద్దల చెంతజేరి యపరోక్షజ్ఞానమును దెలిసికొని ముక్తి నొడవలయును.

అనేకజన్మాంతపుణ్యవిశేషమువలనఁ గ రయోగ మవసరము లేకయే జ్ఞానము కలుగును. అట్లు కల్గనివాడు క ర్తములు చేయవలయును.

క ర్తములు విధములు:—

1. తమోగూ సాంబంధమగుకర్త - చేయుదుగును, తగదు, తను విచారణలేకయే పుణ్యచర్యలను జేయుటయే తమోగూసాంబంధ మగుక ర్తయని చెప్పుదును.

2. రజోగూ సాంబంధమగుకర్త - పుణ్యకర్తలనే వానిధల ములను గోరుచు వనర్హులుజేసి రజోగూ సాంబంధ మగుకర్త యని చెప్పుదును.

కీ సత్వగుణసంబంధమగుకర్త - కర్తఫలమును గోరక పు  
ణ్యకర్తలనుజేయుట ఇదియే నిష్కామ్యకర్తము. నిష్కా  
మ్యకర్తవలన సులభముగ ముక్తికలుగ నేరదు.

జ్ఞానము, తపస్సు, ప్రాణాయామము, నిష్కామ్యకర్తము—పీనిజలన  
జ్ఞానముకలుగును. జ్ఞానమువలన ముక్తికలుగును. సూర్యోదయము  
కాగానే చీకటిపోవునట్లు జ్ఞానోదయము కాగానే యజ్ఞానాంధకారము  
నశించును.

శ్లో! అపి చే దసి పాపేభ్యస్స ర్వేభ్యః పాపకృత్తమః

సర్వం జ్ఞానప్రవేనైవ వృజినం సన్తరిష్యసి ||

భగవద్గీత 4 అ. 36 శ్లో.

పాపము చేసినవా రందఱిలోనను ఘోరపాపివై, పాప  
కూపారమునఁగూలియున్నను జ్ఞానమనెడు తెప్పకొయ్యను  
సంపాదించితివేని దానినిదాటగలవని తాత్పర్యము.

కాన నెట్టిమహాపాపములైననుజ్ఞానాగ్ని చేత దహింపఁబడును. నిష్కా  
మ్యకర్తవలన ముక్తిలేకపోయినను మనసునందలికోరికలనెడు మాలి  
న్యము రహితమగును.

## ప్రాప్తానులు.

సత్వగుణము, రజోగుణము, తమోగుణము ననుసరించిగుణములయే  
క్రమము లల్పత్వాధికత్వములచేతజాతిభేదమేర్పడెను గానిఅన్యముకాదు.

శ్లో! బ్రహ్మణక్షత్రియవిశాం శూద్రాణాంచ పరంతప

కర్తాణి పవిత్రాని స్వభావపరిభవైరుజైః ||

భగవద్గీత—18 అ. 41 శ్లో.

అనువాక్యముచేత శ్రీకృష్ణభగవానులు బ్రహ్మక్షత్రియ వైశ్య  
శూద్రులన్యూపారములు స్వభావసిద్ధములైన గుణములచేతనే విభజిం  
పఁబడెనని యుపదేశించియున్నారు. దానివలన శుద్ధసాత్వికమేబ్రహ్మణ్య

మని చేలుచున్నది. అహంకారమున కెడమిడిక, భావసమునుపొందక, ముచినసాక్షిగ గుణమునుడెందక శుద్ధపాక్షికమువేషభావముగా గ్రహించి సత్వగుణసంపన్నులతోనుములేక యుండువాల్ బ్రాహ్మణులని చెప్పబడుచును.

“యమకచ్చిదాత్మాన, మద్వితీయం, బాలిగుణక్రియాహీనం, షడూర్ణిషడ్భావేత్యాదిసర్వదోషరహితం, సత్యజ్ఞానానందానంతస్వరూపం, స్వయం, నిర్వికల్ప మశేషకల్పభార, మశేషభూతాంతర్యామిత్వేన వర్తమాన, మంతర్భూతి శ్చాకాశవ దనుకూర్మిత, మఖుడానందస్వభావ, ముద్రమేయ, మమభవైకవేద్య, మపరోక్షతయా భాసమానం, కరతలామొకవ త్సాదౌ డపరోక్షీకృత్యకృతాత్థతయా కామరాగాదిదోషతహిత, కృతూదిసంపన్నో, భావమూర్త్యర్థకృష్టాశామోహాదిరహితో, దంభాహంకారాదిభి రసంస్పృష్టచేతా, వతలే; ఏవము క్తలక్షణో తుస్స ఏవ, బ్రాహ్మణః.”

శబ్దరూపిణోపనిషత్.

బ్రాహ్మణుడన నెట్టివాడనిన — బాలిసత్వరజస్తమోగుణములు క్రియలు లేనివాడను, అకలి దష్టి శోకము మోహము ముది మరణము ననెడు షడూర్ములులేనివాడను. “అస్తే బాయతే వర్ధతే పరిణమతే అవక్షీయతే వినశ్యతే”యనగా(పిండరూపమున్ననురడుట పుట్టుట పెరుగుట మాటుట చిక్కుట నశించుటయను వాణ్ణాభావతీకారములును లేనివాడను; షడ్భావానందములే స్వరూపముగాగలవాడను, అంతములేనివాడను, స్వప్రకాశముగలవాడను, మార్పు లేనివాడను, సమస్తకల్పములకునాధారభూతుడను, తత్త్వచేత సమస్తభూతములకు నాత్మస్వరూపమున లోపలసంపరించుచుండువాడను, సమస్తమీడనమస్తమందు నాకాశమువలె లోపలను వెలుపల నేకరీతిగా నెడము గన్పడ



నీయక క్రమియుండువాఁడును, కొలవడని లేక ముక్కవోని బ్రహ్మ  
నంతము స్వరూపముగాఁ గలవాఁడగుట, మితి పెట్టుటకు నలవికానివాఁ  
డగుట, అనుభవముచేతనేతప్ప నికొకవిధమునఁ దెలిసకొన వీలు లేని  
వాఁడును, పరోక్షముగాఁగలదు బ్రహ్మముగాఁ బ్రకాశించువాఁడును,  
అగు పత్రబ్రహ్మమును స్పష్టముగాఁ బ్రకృతియు చేసెకొని ధన్యత్వమును  
బొందుటచేతను కామము మొదలగుదోషములులేక శేమము దమము  
ఉపరతి తీరేడు శ్రద్ధ సమాధానములనెఱు వృద్ధుణములతో నొప్పుచు  
భావము ఆశ మూర్త్యము తృప్తి మోహము మొదలుగాఁగలదోషము  
లులేక దంభము అహంకారము మొదలగుచుర్దుణములను చిత్తమున కం  
టనీక సంకల్పరహితుడై, యద్వితీయుడై యుండునాతడే బ్రాహ్మణుఁడు

“జన్మనా జాయతే శూద్రః కర్మణా జాయతే ద్విజః

వేదపాఠంతు విప్రాణాం బ్రహ్మజ్ఞానంతు బ్రాహ్మణః॥”

పర బ్రహ్మజ్ఞానమును దెలిసినవారే బ్రాహ్మణులు.

“అథ్యాతగతి చాధ్యయనం యజనం యాజనం తథా

దానం ప్రతిగ్రహంచైవ బ్రాహ్మణా నామకల్పయత్॥”

చదివించుట, చదువుట, యజ్ఞముచేయుట, యజ్ఞము  
చేయించుట, దానముచ్చుట, దానముపుచ్చుకొనుట లను  
వట్కర్మాధికారులు బ్రాహ్మణులు.

అట్టివారియొక్క పట్కర్మలు.

1. చదువుట—సర్వకాల సత్కారస్థలయందు పర బ్రహ్మస్వరూపమందే  
మనసునుగమగ్నముచేసి విషయములకు పోనీక నిలుపుట.

2. చదివించుట—తీవ్రమోక్షార్థ గ్రహణార్థము విశదముగచెప్పి అను  
భవమును గలుగజేయుట.

3. యజ్ఞము చేయుట.

“తస్మైవంవిదుషో యజ్ఞస్యాత్ యజమానః శ్రద్ధా వత్సీ  
శరీర మిధ్మమురో వేదికోమానిబర్హిష్వదశ్చిఖా హృదయం  
యూపః కామఅజ్యో మన్యుఃపశు స్తపోగ్నిః శమయితా  
దక్షిణా వాగ్లోతాస్రాణాద్విదాతా చక్షురధ్వయ్యర్త నోబ్రహ్మ  
శ్రోతమగ్నీ వ్యావద్ధియతే సాదీతా.”

తైత్తిరీయోపనిషత్.

యజ్ఞమునకు శర ఆత్మ.

దేవుడుకలఁ డనెచుబుద్ధియే భార్య.

శరీరమే సమిష్టు.

నక్షత్రము యజ్ఞ వేదిక.

మెచ్చుకలు అనఁగా వృక్షులు దర్శ.

శిఖ — స్వప్న కాశముగా వెలిగెడు తెలివితేదము.

హృదయము = ఏ తెలివినల్లనైతే సమస్తమును చూచుచు

న్నామోవినుచున్నామో తెలిసికొనుచున్నామో అట్టి

తెలివియుం డెడి స్థానము. ఇదియే పశువునకు కట్టుకొయ్య.

సంకల్పము నెయ్యి.

అహంకారము పశువు.

తపస్సు -- మనసును విషయములకు బోసక నిలిపియుంచుట.

ఇదియే అగ్ని.

శాంతి కలుగుట -- అంతర బాహ్యములయందు సర్వత్ర పర

బ్రహ్మ స్వరూపముకంటె అన్యమేమియు లేదనియు తా

నుచుపరబ్రహ్మ స్వరూపమనియు తెలిసికొనుట -- ఇది

యజ్ఞదక్షిణ

వాక్కు, ముక్తియు.

ప్రాణము ఉద్ధార.

నేత్రము అధ్వర్యము.

మనస్సు బ్రహ్మ.

అట్లు.

యజ్ఞదీక్ష:—మనస్సును విషయములకుఁ జొరగింపక సంకల్ప వికల్పములు కలుగనియక సర్వకాలసర్వావస్థలయందును ఆపరబ్రహ్మస్వరూపముదే మగ్నము జేసియుంచుట.

4. యజ్ఞమును చేయుంచుట:—శీతమోక్షేచ్ఛ గలశిష్యునకుఁ దెలియ జెప్పి తానుదగ్గఱనుండి ఈ అత్తయజ్ఞమును జేయించి శిష్యుని సమాధానపఱచుట.

5. దానమిచ్చుట:—ఒకనకి విద్యను జెప్పుట.

6. దానమును దీసికొనుట:—శిష్యులయొద్దనుండి ఎఱుక యనెడులజ్ఞాన మునుతీసికొని వారినిపర బ్రహ్మస్వరూపజ్ఞాన సంపత్తికలవారి నిగాఁజేయుట.

ఇట్లుపట్కర్తాధికారులే బ్రాహ్మణులని చెప్పవలయును. ఈజాతి భేదము స్థూలశరీరమునకేగాని శరీరత్రయవిలక్షణుఁ డగునాత్మస్వరూప మైన తనకులేదని యెఱుంగునది.

“నశిఖాం నవశనం కృత్వా బహిస్సుతం త్యజేద్బధః  
బ్రహ్మసూత్ర మిదం జ్ఞేయం సూత్రంనామ పరంపదం  
తత్సూత్రం తారయే ద్యోగీ నవిప్రో వేదపారగః॥”

బ్రహ్మసూత్రం.

పెద్దలు శిఖాధారణము ముండనము ముఖ్యము అని తలంచక నెలువలియొడ్డోపవీత ధారణము వ్యర్థమనియు బ్రహ్మసూత్రధారణమే ముఖ్యమనియు తలంచెదరు. అట్లు బ్రహ్మసూత్రమునకు భరించినవాఁడే బ్రాహ్మణుఁడు. అట్టివారినే బ్రాహ్మణులనియు వేదములకుఁ జేవముట్లు

బడివినవారనియు చెప్పవలయును. ఈ కాలమందు కొంతమంది శాలువలు వేసికొని సాంగాధ్యయనపరులమని తలంచెదరు. అర్హజ్ఞము లేక చిలుకలవలె నేర్చుకొని చిలుకపలుకులవలె పలుకుటవలన ప్రయోజనమేమియు లేదని వారికి తెలియదు కాబోలు. అట్టివారు స్వాభిమానమును మాని యితరులయొకటివాక్యములయొక్క... యర్థమును పెద్దలవలన తెలిసికొనుట యుక్తము.

శ్రీమద్రాష్ట్రాణుడు కాదు. శరీరము బ్రాహ్మణుడు కాదు. జ్ఞానము బ్రాహ్మణుడు కాదు. లేడివలన బుట్టినను బుష్కలశృంగమహాముని తన బ్రహ్మజ్ఞానముచేత బ్రాహ్మణుడనిపించుకొనను; కుశ (=దర్భ) వలన బుట్టిన కొశికుడు, నక్కవలన బుట్టిన సంబుకమహాముని, పుట్టవలన పుట్టిన వాల్మీకి, కుంభమునుండి పుట్టిన అగస్త్యమహాముని యింద్రుని సభలోనుండు దేవతానాట్యప్రీయగు ఊర్వసికిపుట్టిన వసిష్ఠమహాముని, బెస్తవానికూతురికి పుట్టిన వ్యాసులు:—పీఠందలు వారివారి బ్రహ్మజ్ఞానముచేత బ్రాహ్మణులనియు బ్రహ్మజ్ఞులనియు చెప్పబడిరి. కావున ఆత్మావలోకన చేయునట్టివాడే బ్రాహ్మణుడు అని చెప్పవలెను.

“య దక్షరంపరంబ్రహ్మ తస్మాత్, ఏతి ధారమేత్ ”

బ్రహ్మోపనిషత్.

అక్షరమగు పరబ్రహ్మమెద్దియో యదియే యజ్ఞోపవీతమని ధరించవలెను

“తస్మాత్తం విదితం యేన స విప్రా వేదపరగః ”

బ్రహ్మోపనిషత్.

యజ్ఞోపవీత మగునామూర్తమును అపవీత సాక్షాత్కార స్వానుభవముచేత నెరుచున్నప్పుడుగాఁ దెలిసికొనునో యా బ్రాహ్మణుడే నేదమలను. మనుష్యుడు జడవిదవాఁడగును. అట్టివారిని బ్రాహ్మణులని చెప్పవలయును.

యజ్ఞోపవీతము. మూడుసూత్రములు బ్రహ్మముడియుగలది. యజ్ఞోపవీతము ఒక్కసూత్రమునకు మూడు అంతరసూత్రములును, ఒక్కయంతరసూత్రమునకు మూడుపోగులునుండును. కావున యజ్ఞోపవీతమునకు 27 పోగులగును.

ఓం = అ + ఉ + మ్. ఇవి మూడును బెద్దపోగులు లేక సూత్రములు; భూః, భువః, సువః—ఇవి మూడును అంతరసూత్రములు;

తత్సవితుర్వరేణ్యం ..... } ఇవి మూడును మూడుపాదము  
భర్గో దేవస్య ధీమహి ..... } లయి ప్రతియంతర సూత్రమున  
ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ } కురు బోగులుగ నేర్పడును;

ఏని సంభ్రుతీకరణమే బ్రహ్మముడి. అదియే గుణసామ్యవత్.

**అట్లే** యజ్ఞోపవీతముదలి మూడు పోగులు ఇడ పింగళ సుషుమ్న లనియు బ్రహ్మముడియే త్రికూటస్థానమనియు త్రికూటస్థానమునువదలి సహస్రారమందుండుటయే సన్యాసమనియు తెలిసికొనుడు.

**అట్లే** సూత్రములు 27 చంద్రుని భార్యలు అని ప్రతీతి. ఈ 27 ను యజ్ఞోపవీతమునకు 27 పోగులనియు, బ్రహ్మముడియే చంద్రుడనియు, ఈచంద్రునివలననే కామము వృద్ధియనియు, కామములేనియెడమనస్సు వృత్తిరహితమనియు అదియే సన్యాసమనియు తెలుచనలెను.

**అట్లే** రామాయణము 7, కాండలును 24000 శ్లోకములును గలది. ఒక్కొక్కవేయిని మొదటిశ్లోకము ఒక్కొక్కగాయత్రి మంత్రక్షరముతో అరంభింపబడి యుండుటనుబట్టి రామాయణము గాయత్రిరూప మని చెప్పుదురు.

ఇట్టి యజ్ఞోపవీతమును దృఢపఱచుటయే సన్యాసము. అట్టి సన్యాసికి గుణములులేవు. సంకల్పమును లేదు. తలను బాడి చేయించుకొన్నంతమాత్రముననే సన్యాసము కానేరదు. సంకల్పరాహిత్యము కావలెను. కోరిక పుట్టక యుండవలెను. కామక్రోధలోభ మోహ మదమాత్సర్యములు లేక

యుండవలెను. శమము దమము ఉపరతి తిలీక్ష శ్రద్ధ సమాధానము నను  
షక్తుణములయు సంపత్తి కలిగియుండవలెను. అట్టివాఁ డేయాశ్రమము  
నందున్న నేజాతియందున్నను బ్రాహ్మణుడనియే చెప్పవలయును. నిష్కా-  
మకర్మయే చేయుచుండవలయును.

“ఉత్తిష్ఠత జాగ్రత్ ప్రాప్య వరాన్నిబోధత ఘోరస్యభారా నిశీతా  
దురత్యయా దుర్గం పథ స్తత్కవయో వదన్తి.”

క తో ప వి మ లే .

బ్రహ్మవిద్యాప్రాప్తికి మార్గము బహుకష్టమని పెద్దలు చె-  
ప్పుదురు. కనుక నోజీప్రదా యజ్ఞానాధికార మతడు నది  
నుండి లేచి జాగ్రత్ గలవాడవై యపరోక్ష సాత్వాత్కార  
స్వానుభవముచేత నిత్యతృప్తులై బ్రహ్మనందమనెడు సముద్ర  
మునందు మునిగి యుండు పెద్దలయొద్దికిఁబోయి, యాత్మ  
తత్వమును దెలిసికొనుము. సానఁబెట్టిన మంగలకత్తి యెంత  
యుఁబడును గలిగి యుండుటచేత నెట్లు తాకుటకు శక్యము  
గాక యుండునో యట్లే పరబ్రహ్మజ్ఞానమును దురమముగా  
నుండును. అట్టికత్తిపోటు తగిలిన యవయవము లేగునట్టిలే  
పరబ్రహ్మజ్ఞానోదయము. కలిగినవాని యహంకారమును దిగి  
నశించును. అహంకారముతోడనే యహంభావమును నుం-  
చును. అనఁగా నపరోక్షసాత్వాత్కారము స్వయముగ నను-  
భవమునగుదురఁగనె యాపరబ్రహ్మమునైక్యము కలుగు  
నని భావము.

భూతలద్దము ( lens ) యొందలోఁ బెట్టి క్రిందగుడ్డ పెట్టిన సూర్యకిరణ-  
ములయొక్క సంపుటికరణమే గుడ్డనుగాల్పుట చూచుచున్నాముగాదా!  
సూర్యకిరణము లెట్లు పలుదైసలకు వ్యాపించుచుండునో యట్లులే  
మనస్సు ననేకవృత్తులకుఁ బాటుచుండును. దానిని వృత్తిరహితము

(Concentrate) చేసిన గలుగునట్టి జ్ఞానాగ్నివలన సంచితముగు సజ్ఞానము కాలిపోవును. పూర్వుల కందఱకు జ్ఞానచక్షుస్సు కలిగి యుండుట చేత భూతలద్దము మొదలుగాఁగల వస్తువులు లేకపోయినను వారి జ్ఞానోత్తముచేత సక్షతములను జూడఁ గలిగి యుండిరి. అన్యదేశసమాచారములను తెలిసికొనిరి. ఇదియే జ్ఞాననేత్రము ఇదియే త్రినేత్రము ఇట్టి నేత్రము కలిగియుండుటచేతనే శివుఁడు త్రినేత్రుఁడని చెప్పబడెను.

**Hence concentration of Mind is absolutely necessary.**

మంచినీరు త్రాగనిది దాహము తీరనియట్లు అపరోక్షసాక్షాత్కారము స్వానుభవమువలనఁ గలుగనిది జన్మరాహిత్యము కలుగ నేరదు. తేనెటీగలు పుష్పమునందలి యమృతమును త్రాగకమునుపు విశేషధ్వనినిజేయును. అట్లే మనుజులకు బ్రహ్మానందవాసన తెలియనంతవఱకు మనస్సు వృత్తులకుఁ బాటుచుండును. బ్రహ్మానందసారమొక్కించుక సోకి యనుభవము గలిగెనేని తోడ్కోడన మనస్సు సంకల్పరహితమై వృత్తులు నశించి బ్రహ్మానందాబ్ధియందోలలాడుచుండును. అనుభవమువలననే తెలియును. గాలము లేకుండా చేపలు పట్టుపడవు; ఉరులు వేయకుండా పక్షులు చిక్కవు; ఓదము లేకుండా మావటివానిచేత యేనుఁగులు కట్టుపడవు; బాణములు లేకుండా కూరమృగము లగు సింహములు పెద్దపులులు అడవిపందులు మొదలుగాఁగల మృగములు పట్టుపడవు; అటులనే రాజయోగానుసంధానము లేకుండా ఉపాలచేతను వినికిడి మాటలచేతను వేదాంతవిచారణచేయుచు ఉపన్యాసములిచ్చుచు వాదించుచునుండువారికి శ్రోత్రత్వకృత్సుర్జిహ్వభ్రాణంబుల నెడుజ్ఞానేంద్రియంబులు వాక్పాణిపాదపాయూపస్థలనెడు కర్తేంద్రియములు ఛిందిరియములకు రాజఅయినమనస్సు వశీకృతము కానేరవు. అట్టివారు వారిమనస్సును నిలుపఁజాలక బేలుపోయి విషయభోగములలోఁ దగులుకొని అపరోక్షసాక్షాత్కారజ్ఞానము లేక విచ్ఛలపిడిగఁ దిరుగుచుందురు.

శ్లో॥ ఋణం యాచ్ఛాచ వృద్ధత్వం జార చోర దరిద్రతా  
 రోగశ్చ భుక్తశేషశ్చ పృష్టకష్ట ప్రకీర్తితాః॥  
 అనేడి న్యాయము చొప్పున అష్టకష్టములపాలై

క॥ దయయు జగుప్సయు మోహము

భయమును సంశయముఁ గులము బల శీలముల

న్నియుఁ గూడ నష్టపాశము

లయు వెలయును వాని నాత్ముడంటక యుండుకొ॥

శుక చ రి త్రి.

యీ ప్రకారము అష్టపాశములఁ దగులుకొని దరిగానలేక పరిత  
 పించెదఁగు. మఱికొందఱు.

శ్లో॥ ఉత్తమా తత్త్వ చింతాచ  
 మధ్యమం శాస్త్ర చింతనం  
 అధమా ముత్ర చింతాచ  
 తీర్థభాగ్ త్యక్తమాధమః॥

అనున్యాయమును గుర్తెఱుంగక తీర్థయాత్రలు సేవించెదవనియు  
 అందువలన ముక్తికలదనియుఁ దలంచెదఁడు. శాస్త్రము చదువుటవల  
 నను మంత్రానుష్ఠానమువలనను తీర్థయాత్రలవలనను ముక్తిలేదని మెక్కి  
 వక్కాణింపఁగలము. అపరోక్ష సాక్షాత్కారస్వానుభవముఁగల పెద్దల  
 చెంతఁ జేరి వారికి చతుర్విధశుశూషలు సేయుచు వారియొక్క నిర్వే  
 తుక జాయమాన కటాక్షమువలననే రహస్యములఁ దెలిసికొని మున్ను  
 దుగా జీవన్ముక్తిని పొంది ఆపిష్టుట పరిపూర్ణ వలోకనచే విదేహ  
 ముక్తిని పొందవలయును. ఇది తప్ప జేరుమార్గము కానము. కావున  
 తగిన గురువును వెదకి వారికి చతుర్విధశుశూషలు చేయవలయును.





## చతుర్విధశుశ్రావణము.

స్థానశుశ్రావణ అంగశుశ్రావణ భావశుశ్రావణ ఆత్మశుశ్రావణ  
యని నాలుగు విధములు.

అందు:—

1. స్థానశుశ్రావణ:—గురువు జపతపాద్యనుష్ఠానములు చేసికొను  
నట్టియు, ఆసన శయనాదుల నడుపునట్టియు, బ్రదేశములను  
మలినము లేకుండ నూడ్చియునలికియు బాగు సేయుట. గురుని  
యొక్క యిల్లు వాకిలి భూములు పైరులు పంటలు పశు  
పులు ధనము ధాన్యము సామానులు మొదలగునవి కాపాడు  
తూ వానికి యేవిధమయిన నష్టము కలుగకుండునట్లు సర్వ  
జాగ్రత్త నుండుట. జాతి వంశ ప్రతిష్ఠలయందలి యభి  
మానమును దేహాభిమానమును విడుచుటయే స్థానశుశ్రావణ  
యనిభావము.

2. అంగశుశ్రావణ:—గురువుయొక్క శరీరమునకు మలినము లేకుండ  
శోముట కాకులు పిసుకుట మొదలగు నుపచారములు  
చేయుట. కామ క్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్యము  
లనెదు అంతశ్చేత్రపులును పంచమలములును లేక నుండుట  
యే అంగశుశ్రావణ యనిభావము.

పంచమలములు:—

(1) ఆణవమలము=పర బ్రహ్మమును తెలిసికొనవలె ననుజ్ఞాన  
ము అప్పుడప్పుడు కలుగఁగా దానిని మఱుగు  
పఱచునది ఆణవమలము.

స ఋణం యాచ్ఛాచ వృద్ధత్వం జార చోర దరిద్రతా  
 రోగశ్చ భుక్తశేషశ్చ వృష్టకష్ట ప్రకీర్తితాః॥  
 అనాది న్యాయము చొప్పున అష్టకష్టములపాలై  
 క॥ దయయు జగుప్పయు మోహము

భయమును సంశయము గులము బల శీలముల

న్నియుఁ గూడ నష్టపాశము

లయు వెలయును వాని నాత్మఁడంటక యుండుక॥

శుక చ రి త్రి.

యా ప్రకారము అష్టపాశములఁ దగులుకొని దరిగానలేక పరిత  
 పించెదను. మఱికొందఱు.

శ్లో॥ ఉత్తమా తత్త్వ చింతాచ  
 మధ్యమం శాస్త్ర చింతనం  
 అధమా మంత్ర చింతాచ  
 తీర్థభాగ్ని త్యకమాధమ॥

అనున్యాయమును గుర్తెఱుంగక తీర్థయాత్రలు సేవించెదమనియు  
 అందువలన ముక్తికలదనియుఁ దలంచెదయే. శాస్త్రము చదువుటవల  
 నను మంత్రానుష్ఠానమువలనను తీర్థయాత్రవలనను ముక్తిలేదని మెక్కి-  
 వక్కాణింపఁగలము. అపరోక్ష సాక్షాత్కారస్వానుభవముగల పెద్దల  
 చెంతఁ జేరి వారికి చతుర్విధశుశ్రూషలు సేయుచు వారియొక్క నిర్హే-  
 తుక జాయమాన కటాక్షమువలననే రహస్యములఁ దెలిసికొని మున్ను  
 దుగా జీవన్ముక్తిని పొంది ఆపిమ్మట పరిపూర్ణ వలోకనచే విదేహ  
 ముక్తిని పొందవలయును. ఇది తప్ప తేరుమార్గము కానము. కావున  
 తగిన గురువును వెదకి వారికి చతుర్విధశుశ్రూషలు చేయవలయును.



## చతుర్విధశుశ్రావణం.

స్థానశుశ్రావణం అంగశుశ్రావణం భావశుశ్రావణం ఆత్మశుశ్రావణం  
యని నాలుగు విధములు.

అందు:—

1. స్థానశుశ్రావణం:—గురువు జపతపాద్యనుష్ఠానములు చేసికొను  
నట్టియు, అసన శయనాదుల నడుపునట్టియు, బ్రదేశములను  
మలినములేకుండ సూక్ష్మియునలికియు బాగుసేయుట. గురుని  
యొక్క యిల్లు వాకిలి భూములు పైరులు పంటలు పశు  
పులు ధనము ధాన్యము సామానులు మొదలగునవి కాపాడు  
తూ వానికి యేవిధమయిన సప్తము కలుగకుండునట్లు సర్వ  
జాగ్రత్తతో నుండుట. జాతి వంశ ప్రతిష్ఠలయందలి యభి  
మానమును దేహభిమానమును విడుచుటయే స్థానశుశ్రావణ  
యనిభావము.

2. అంగశుశ్రావణం:—గురువుయొక్క శరీరమునకు మలినము లేకుండ  
శోముట కాకులు పిసుకుట మొదలగు నుపచారములు  
చేయుట. కామ క్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్యము  
లనెదు అంతశ్చేత్రపులును పంచమలములును లేక నుండుట  
యే అంగశుశ్రావణం యనిభావము.

పంచమలములు:—

(1) ఆణవమలము=పర బ్రహ్మమును తెలిసికొనవలె ననుష్ఠాన  
ము అప్పుడప్పుడు కలుగఁగా దానిని మఱుగు  
పఱచునది ఆణవమలము.


(2) కార్తికమలము = పెద్దలవలన, రహస్యములను తెలిసికొనునపుడు దానియందు బుద్ధిని పోసేయనిది.

(3) మాయికమలము = దట్టమయిన యజ్ఞానము. పరబ్రహ్మమును తెలిసికొనవలె ననుజ్ఞానవాసనను యెప్పుడును కలుగసేయనిది మాయికమలము.

(4) మాయేయమలము = మాయసంబంధములగు పాపకృత్యములను జేయించునది.


(5) తిరోధానమలము = “జగత్సత్యం బ్రహ్మవిద్య” యనునట్లు సర్వవృత్తిరహితంబును త్రిగుణాతితంబును పంచకోశరహితంబును అవాఙ్మానసగోచరంబును అగు పరబ్రహ్మయందు అనిత్యబుద్ధి పుట్టించి అజ్ఞానమును గలుగఁ జేసి పరబ్రహ్మమునకంటె వేరుగ పూజలు దేవతలు మంత్రములు క్రియలు మతములు సాధనములు కలవు అనియు అవి సత్యములు అనెడు బుద్ధిని కలుగఁజేసి, జననమరణాదిదుఃఖముల యనుభవమునకు కారణమైనదియే తిరోధానమలము.


3. భావశుశ్రూష:—గురువు కోరినదాని నెల్లఁ దెచ్చి యిచ్చుచు, గురునికిఁగోరిక లేకుండఁ జేయుట. గురుఁడే రక్షకుఁడనియు, గురుఁడే దైవమనియు, గురుఁడే తల్లియనియు, గురుఁడే తండ్రియనియు, గురుఁడే ధనము విద్య ప్రియుఁడు స్నేహితుఁడు బంధువు చాత మామ తాత అన్న, సమస్తము గురుఁడే యని తలంచుట భావశుశ్రూష.

 మనసు విడమనియు దాను మనసుకంటె భిన్నుఁడనియు, శరీరమునశించునది గనుక దాను శరీరముకంటె భిన్నుఁడనియు దాను పంచకోశములకు విలక్షణుఁడనియు, జ్ఞానేం

త్రియములు కమేకాంద్రియములు నంతరింద్రియములున నెడు చతుర్థ శేంద్రియములకును దాను. విలక్షణుడై సాక్షిగనుండుననియు తలంచుటయే భావశుశ్రూషయని భావము.

4. ఆ త్తశుశ్రూష:—గురువు కోరనిదే యాయన యభిప్రాయమును దెలిసికొని, యిష్టములను నెఱపి, కష్టములను దొలగించి తృప్తిపఱచుట. వారి కిష్టము లగువస్తువుల నెల్ల కోరకమునుపే సంతృప్తిగఁ దెచ్చియిచ్చుట ఆ త్తశుశ్రూష యని చెప్పఁబడును. భావశుశ్రూషయందుఁ దాను సాక్షినియు విలక్షణుడ ననియుఁ దెలిసికొనును. ఆ త్తశుశ్రూషయందుఁ దాను సాక్షియనుకొనుటయు వృత్తియేగనుకఁ దానుసాక్షిగాననియు అఖండపరిపూర్ణ సచ్చిదానంద పరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియు గ్రహించి తానుతానై యుండుట యని భావము. (ఇది యనుభవైక వేద్యము.)

 స్వాణ మాన ధనములు గురునకు సమర్పించ వలయును. గురు పునం దచంచల భక్తిగలిగి మెలఁగ వలయును. ఈవాక్యములను జెప్పుచు మానమును గురువునకు సమర్పించనియెడల సచ్చిష్యురాలు గాదనియుఁ జెప్పుచు కొండ్లు గురువులు తమశిష్యులగు స్త్రీలయొక్క సౌందర్యమునకుమోహించి బలవంతముగా ఆశిష్యురాలినిసమ్మతిపఱచి విషయసుఖములం దేలుదురు. ఇట్టిమహానీయులు పంచమహాపాతకులకం టెను అధము లని నొక్కివక్కాణింపఁగలము. ఈకారణముననే స్త్రీలకు భర్తయేదైవము, భర్తయేగురుఁడు, అని చెప్పఁబడును. కావున దుర్మార్గులును వేషధారులును అగు గురువుల చెంతఁ జేరక సద్గురువుల చెంతఁ జేరి వారి యనుగ్రహమును జొందవలయును.

 స్త్రీలు అబలలుగనుక గురువులవలన వేదాంతవాక్యములను వినునపుడు భర్తదగ్గఱయండియే వినవలయును. భర్తయింట లేనిసమయ

ములందు శ్రవణముచేయగొట్టెడు. స్త్రీలు స్వతంత్రులుగారు గనుక వారికి ఏకాంతప్రశంస లేదు. స్త్రీలకు పాతివ్రత్యమే భూషణము. ఏయాడుది వెనీమిటిని దైవముగాభావించి పూజించునో యది స్వర్గమునందును దేవతలచేత పూజింపబడును. మహాపతివ్రతలు భూలోకంబునను బూజింపబడుదురు. పాతివ్రత్యమువలన యిహలోకమందును బరలోకమందును సన్మానింపబడుటయే కానిము క్తిలేదు. బ్రహ్మజ్ఞానసంపన్ను లగుస్త్రీలు అనేకమంది లేకపోయినను అక్కడక్కడ బ్రహ్మవిద్యాధురంధరులుకలరు. వారివారిఅనేక జన్మార్జితపుణ్యపరిపాకమువలన పర బ్రహ్మజ్ఞానముఅతిసులభముగ తెలియగలదు. స్త్రీలకు జ్ఞానము మోడు గనుక అతిసూక్ష్మముగ తెలియగలదు. కావున బ్రహ్మవిద్యాధురంధరులును అశరీరులును, అన్నమయప్రాణమయ మనోమయ విజ్ఞానమయ ఆనందమయము లనెడు పంచకోశముల కతీతులును, హిరణ్మయకోశ రహితులును, స్థూల సూక్ష్మ కారణ మహాకారణ శరీరరహితులును, పరిపూర్ణులును, అగు స్త్రీలు యేజాతీయందున్నను యేవృత్తియందున్నను, బాలులైనను వృద్ధులైనను పూజనీయు లని తెలియునది.

అనేకజన్మార్జితపుణ్యపరిపాకమువలన జ్ఞానోదయమై యేల యీ లీల ససత్యమగుప్రపంచమందలివిషయములలోఁ జిక్కి దరిగానలేక పరితపించుచుంటిని? సారములేని యీసంసారసాగర మెట్లుదాటగలను? అల్పసుఖమునకాశపడి ధనమంతయు జారస్త్రీలకుఁ గొల్లఁబెట్టితిని. పెద్దల కొకరూకయయిన నియ్యనైతిని. ఒకప్పుడును పెద్దలసేవ చేయనైతిని హా! దైవమా! అసత్యమగునీవిషయసుఖమే సత్యమనినమ్మి మోసపోతినిగదా! అనివిలపించుచు

“ బాలత్వంబునఁ గొన్నినాళ్లు పిదపఁ భాషాకుచాలింగనా

లోలాభ్యున్నతిఁ గొన్నినాళ్లు ముడిమిఁ లోగింటిలోఁ గొన్నినా

ళ్లీలం విహరించితిఁ సుఖఫలం బిందేమియుఁ లేదికం

బాలు స్నేహదభక్తిఁ జేసెదను రామా యార్ధరక్షామణి. ”

అని భగవద్ధ్యానము చేయుచు నిర్గుణసాక్షాత్కార పరబ్రహ్మస్వరూప మందలి బ్రహ్మానందము ననుభవించు పెద్దలెక్కడదొరకుదురు? వారి సేవ నా కెల్లు లభించునని భగవద్దర్శితముగాఁ బుణ్యకర్మములఁజేయుచుఁ బెద్ద లను వెదకుచుండవలయును.

సీ॥ కంజాత్మనకుఁగాని కాయంబు కాయమే పవనగుంభిత చర్మభస్మికాక  
వై కుంతుఁబొగడని వక్త్రంబువక్త్రమే ధమధమధ్వనితోడిఫక్కగాక  
హరిపూజనములేని హస్తంబు హస్తమే తరుశాఖనిర్మిత దర్శికాక  
కమలేశుఁజూడని కన్నులు కన్నులే తనుకుడ్యజాలరంధ్రములుగాక  
గీ॥ చక్రిచింతలేని జన్మంబు జన్మమే తరళసలిల బుద్బదంబు గాక  
విష్ణుభక్తిలేని విబుధుండువిబుధుఁడే పాదయుగముతోడి పశువుగాక॥

భాగవతము.

విష్ణుని సేవింపని దేహము గాలిపూరించిన తోలుతిత్తియన  
వలయునేకాని దేహమని పేర్కొనుటకుఁ దగినది కాదు.  
పరమేశ్వరుని స్తోత్రముచేయని నొటనుండివచ్చు శబ్దము  
లు భేరీమోతవలనఁ బుట్టుశబ్దముల యట్టివనందగునేకాని  
యర్థవంతములగు పదములనందగవు. భగవంతునిఁ బూజిం  
పనిచేయి చెట్టుకొమ్మ నటికి చేసిన తెడ్డననగుంగాని సార్థ  
కమగుచేయికాఁజాలదు. నారాణునిదర్శింపని కన్నులు  
దేహమనియెడు గోడకుఁబొడిచిన కిటికీబొక్కలే కాక నిజ  
మైనకన్నులుకానేరవు. వాసుదేవుని ధ్యానింపని పుట్టుక  
కొంతకాలమాడియాడి మాయమగునీటిబుగ్గవలెనే నిర  
ర్థకమగును. పరతత్వమునందాసక్తిలేని పండితుఁడును  
లెండుకాళ్ళపశువే యనందగుంగాని నిశ్చయమైన పండి  
తుఁడని చెప్ప నుప্পదు.

బాహ్యభక్తి, అనన్యభక్తి, ఏకాంతభక్తి అని భక్తి మూడు విధములు. అందు—

1. బాహ్యభక్తి—రాగతాళలక్షణ కనుకూలముగ బాడుచు నాడుచు నానందబాష్పంబులు వర్షింపభజనచేయుటయు ననుదినము రామకృష్ణగోవింద నారాయణాది నామములు స్మరణచేయుటయును దేవతా భక్తిగలవాడై (శ్రీ)రాముల యొక్కగాని కృష్ణునియొక్కగాని మఱియేదేవతయొక్కగాని పూజచేయుచుండుట. ఇది యనన్యభక్తికిసాధకంబు. బాహ్యభక్తియందు సకామకర్తము చేయబడును. బాహ్యభక్తి పరోక్షజ్ఞానమునకుఁ గారణము.

2. అనన్యభక్తి—గోహించుతానును గోహింపఁబడు సమస్తమును శ్రీహరిమయంబని చింతింపుచు అన్యంబుగానుక్కడియును దోచక సమస్తమును హరిభావంబుగాఁగనుట. ఇది యేకాంతభక్తికి సాధకంబు. అనన్యభక్తియందు నిష్కామ్యకర్తము చేయబడును. అనన్యభక్తి అపరోక్షజ్ఞానమునకుఁగారణము.

3. ఏకాంతభక్తి—సముద్రమందు తరంగములు కల్గినచందంబునఁ బరబ్రహ్మమందు ప్రపంచము కలిగెనుగాని యీ ప్రపంచము సత్యముకాదని తలంచి యేకాంతచిత్తంబున భ్యానంబుచేయుట. సత్ రూప మగుపరబ్రహ్మమును చిత్ రూపిణియగు మూలప్రకృతియును చంద్రచంద్రికలవలె యొక్కటేయను నిశ్చయజ్ఞానమున కలిగెడిబ్రహ్మనందమును అనుభవించుటకు ఏకాంతభక్తి కారణము.

భక్తికిలంగములు—శ్రీవణ, కీర్తన, స్మరణ, పాదసేవన, అర్చన, వందన, దాస్య, సఖ్య, తత్త్వనివేదనముల నెదు తొమ్మిది లంగములు గలదియగును.



ఇట్లు వేదాంతభక్తిగలవాడయి యేపాపకృత్యములను జేతుక పుణ్య కర్మములనేచేయుచు గురువును వెతుకవలయునుగాని ఇట్లుచేతుక కొండగుహలయందుండినను ఇంచాగ్ని మధ్యమందుండినను యరణ్యమందుండినను బర్వతశిఖరమందుండినను లేక గబ్బిలముల వలె దలక్రిందుగా దపస్సుచేసినను గొంగవలె నేకాగ్రచిత్రముగనుండినను జిలుకలవలె శాస్త్రములుతుదముట్టఁ జదివినను యేమియు లాభముండదు.

ఉ॥ అచ్చపుఁజేకటిం బడి గృహవ్రతులై విషయప్రవిష్టులై  
చచ్చుచుఁ బుట్టుచు న్మూలఁ జర్చిత చర్వణులైనవారికిం  
జెచ్చెరఁబుట్టునే పరులు పెప్పిననైన నిజేచ్చనైన నే  
మిచ్చిననైన గానలకు నేగిననైన హరిప్రబోధముల్॥

భాగవతము.

మాయాంధకారమునంబడి గృహకృత్యములకొఱకుఁ బరితపించుచు, నదేపనిగఁ బెక్కుజన్మములెత్తుచు, పంసారచక్రమునంబడికొట్టుకొనుచుండు మూఢులకుఁ బరతత్వమునుగూర్చిన దివ్యజ్ఞానము స్వయముగఁబుట్టదు సరిగదా, యితరులు మేలుగోరి హితోపదేశముఁ జేసినను లంచమిచ్చి బ్రతిమాలినను బలవంతమునఁ బట్టి నట్టడవికి నెట్టినను గలుగఁ జూడని తాత్పర్యము.

కనుకఁ దగినసద్గురువునుద్దఁ జేరి రహస్యములను దెలిసికొనవలయును.

“అహం నిద్రా భయ మైదునాని సామాన్య మేతత్పశుభిత్సరాణామ్ .

జ్ఞానీ నరాణా మధికో విశేషః జ్ఞానేనహీనః పశుభిస్సమానః॥

శ్లోకార్థము.

అహంము నిద్ర భయము సంభోగము ననునవి పశువులకును మమ ఘ్యులకుం గూడ సమానముగనుండు గుణములు. పశువులకంటె మన ఘ్యునియందు జ్ఞానముక్కుట యధికము. అట్టి జ్ఞానమే లేనిచో మమ ఘ్యుడును పశువుతో సమానుడేయగునని తాత్పర్యము.

అట్టివానినే పదమూడు పాదములు పెద్దలు పేర్కొనియున్నారు. కనుక బ్రతుకు ప్రభువైతాళాచార్యులయి యుండక జ్ఞానమును సులపాదింపవలెను. సర్వకాలమునా యుండదును భగవద్భక్తికలిగి గురువులయందును పెద్దలయందును భక్తిగలిగి యుండునది. అట్టి భక్తివలన శ్రద్ధపుట్టును. శ్రద్ధవలన సత్కర్మాన్వేషానము కలుగును. సత్కర్మములవలన జ్ఞానము కుదురును. జ్ఞానము వలన ముక్తిచేయరును.

నిష్కంకత్వే నిస్సంగత్వం నిస్సంగత్వే నిర్దోహత్వం  
నిమోహాహత్వే నిశ్చలతత్వం నిశ్చలతత్వే జీవన్ముక్తిః॥”

జ్ఞానములతో సహా సముచేయటవలన వైరాగ్యము కుదురును. వైరాగ్యమువలన దారాపుత్రాదులయందలి ప్రేమ పోవును. ప్రేమపోవుటవలన జితేంద్రియత్వమును తత్వజ్ఞానమును స్థిరపడును. తత్వజ్ఞానమువలన జీవన్ముక్తి దొరకునని తాత్పర్యము.

కాణ్డ్యై పజ్జనసాంగత్యము చేయవలయును. అందువలన దుర్గుణ  
ముఖాతోఽనా మోచిషుణాముఖా పట్టువడును.

నిజమైన భక్తుని లక్షణములు..... భగవద్గీత... 12 అ 13 శ్లోకము  
మొదలుకొని చివరవరకును..... సర్వభూతదయాభావము గలిగి మమ  
కారాహంకారములను విడనాడి సుఖదుఃఖములయందు సమబుద్ధిని  
వహించి నిత్యసంతోషియై సంశయములనువదిలి సంకల్పరహితుడయి  
పశుపక్షిమణిమృగపక్ష్యశువులను మానవాకమూసములను సమముగా  
జూచుచు నిత్యత్వప్రసాది సర్వకాల సర్వావస్థలయందును గురుపాద  
ములయందే మనసును నిలిపియుండువాడు నిజమైన భక్తుడని చెప్పవల  
యును. అట్టిభక్తులయందు కాంతము, దాస్యము, సఖ్యము, వాత్స  
ల్యము, మాధుర్యము అనేది మంచితోషణములగు భక్తిరసము లొలుకు  
చుండును.

భక్తిరసములు:—

1. శాంతము. — శాంతగూఢము గలిగియుండుట.
2. దాస్యము. — అభిమానము లేక యే సేవకావ్యత్తివలంబించుట.
3. సఖ్యము. — లేక స్నేహము. స్నేహితునివలె గురుని గౌరవముగాఁ జూచుచు సత్కరించుట.
4. వాత్సల్యము. — బిడ్డలయందువలె గురునియందుఁ బ్రేమ యుంచుట.
5. మాధుర్యము. — భక్తిశ్రద్ధలతోడ వినయ విధేయతల వగు పాచుచు మృదువుగను మధురముగను భాషించుట.

మనోవాక్కాయకర్మంబులచే గురునిసేవ చేయవలయును. మన స్సును గురుని పాదములయందే నిలిపి సాష్టాంగ నమస్కారములుచేయ వలయును. యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యాన, సమాధులనెదు అష్టాంగయోగములయందును సమర్థుడైయుండుటయే సాష్టాంగనమస్కారము. ఇట్లు సమర్థుడై యుండియు గురువునకుఁ గ్రియారూపమైన సాష్టాంగనమస్కారము చేయవలయును.

క॥ కరయుగములు, చరణంబులు

నురము, అలాటస్థలంబు, నున్నతభోజముల్,

సరి ధరణి మోపి మ్రొక్కినఁ

బరువడి సాష్టాంగమంద్రు భరమమునొందుల్.

ఇట్లు చతుర్విధ శుశ్రూషలు త్రికరణశుద్ధిగాఁ జేసినమీదట గురు నకు నిష్ఠాతుకముగఁ గలుగు కటాక్షమువలన హస్తమస్తక సంయోగ ముచేసి, యపుడారెడు శిష్యునకు రహస్యముల నుపదేశించును.

1. హస్తమస్తక సంయోగము — శిష్యుని నెత్తిమీద గురువుయొక్క హస్తమును (చేతిని) పెట్టుట. అప్పుడు శిష్యుడు తన తల మీద గురువుకొట్టునేమోయని భయపడరాదు. అ

మనస్సు ఊర్ధ్వముఖవ్యాప్తియైయుండును. అదియ నిర్విషయంబు, అట్లు నిర్విషయమగుటకై మనస్సును ఊర్ధ్వముఖవ్యాప్తిచేయుమని చెప్పుటకు, హస్తమస్తకసంయోగమను నిబంధన యేర్పడియెను.

2. ఉపదేశము—మనస్సు అధోముఖముగా నుండునపుడు విషయములకుఁ బోవును. ఊర్ధ్వముఖముగా నుండెనేని విషయములకుఁ బోక నిర్విషయమగును. బ్రహ్మసంపదమున మునిగి రేలు నుండును. అజ్ఞానులందఱకు మనస్సు అధోముఖవ్యాప్తియై విషయములకుఁ బాటుచుండును. అట్టిమనస్సును అస్థానమునూడి తప్పించి యూర్ధ్వముఖముగ నిలుపుటయే యుపదేశమనఁబడును. ఇదియే గురూపదేశము. ఈవిషయమును తెలిసికొనఁజాలక యేమోమంత్రములు నేర్పెదరని యజ్ఞులు తలంచెదరు. మంత్రములు నేర్పుట యుపదేశముకాదు. మనస్సు నూర్ధ్వముఖముగ నిలుపుటకు స్థాననిరూపణ చేసి క్రమక్రమముగ అట్లునిలుపుటకు మార్గమును చెలియఁజేయుటయే యుపదేశమగును. మనోపననము లేకముచేసి అన్నమయ ప్రాణమయ మనోమయ విజ్ఞానమయ ఆనందమయములనెడి పంచకోశములనువిడిచి అచల పరిపూర్ణమై యున్న దహరాకాశమనెడి ప్రదేశమందే వర్తించుటకు మార్గమును చెప్పుట.

3. ఉపవాసము—అదివఱకు అనుభవించుచుండిన పదార్థముల యనుభవమును బరిత్యజించుట. అనఁగా విషయసుఖములను బరిత్యజించుటయని భావము. అన్నమును దినకపోవుటయే యుపవాసము కానేరదు. శబ్దార్థమువలన—ఉప=సమీపమున; వాసము=నివసించుట అనఁగా నుసుమ్నా నాడి నీటిగు సహస్రారమందే మనసును నిలుపుట యని

భావము. మనసునకు విషయములు స్థానమైయున్నది. అట్టి విషయములను దప్పించి యూర్ధ్వముఖ వ్యాప్తిగలిగించి, దానిని సహస్రాక్షరమందుంచుటయే యుపవాసము. అనగా అధోముఖవ్యాప్తియైన మనస్సును, దానిస్థానమునుండి తొలగించి యూర్ధ్వముఖవ్యాప్తి గలిగించుటయే సమీపనివాసము. అదియే యుపవాసము. ఇందుచేతనే యన్నముమొదలుగాఁగల యాహారపదార్థములు తినుచున్నను మనస్సంకల్పములేనివారగుటచేత సదోపవాసులని కొందఱు పెద్దలుపేర్కొనబడిరి. అయాచితమే సదోపవాసము.

Concentration of mind is necessary.

శ్లో॥ నాభిస్థానే వసే దగ్నిః హృదిస్థానే దివాకరః  
భ్రామధ్యేచ వసే చంద్రః చంద్రాగ్రేచ వసే వృషభః॥  
నాభియందు జలరాగ్నియుండును. హృదయమందుసూర్యుండును. భ్రామధ్యమందు చంద్రుండును. ఆచంద్రునికి పైగా మనస్సు నివసించియుండును. కావుననే మనసునకు చంద్రుడు అధిధేవత యని చెప్పబడును.

యోగమునభ్యసించుట ముఖ్యమని భగవద్గీతలు చెప్పుచున్నవి.

శ్లో॥ సర్వద్వారాణి సంయమ్య మనో హృది నిరుధ్య చ  
మూర్ధ్నైవ యా తత్తః పాణి మాస్థితో యోగధారణామ్ ॥  
భగవద్గీత—8 అ. 12 శ్లో.

అన్నిద్వారములను బిగించి మనస్సును హృదయకమలమందు నిలిపి పిమ్మట, దనప్రాణవాయువు, నూర్ధ్వగామియైన సుషుమ్నానాడిగుండా శిరస్సునకెక్కించి నిలుపుటయే యోగధారణమును పొందుటయని యర్థము.

యోగాభ్యాసములేనిది మనసునిలువదు. కనుక ముందు యోగవిషయము నేర్చికొనవలయును.

## యోగ విషయము.

యోగ మనఁగాఁ బ్రత్యగాత్మకును పరమాత్మకును ఘటాకాశ మహాకాశములకు వలె ఐక్యసంబంధము కలుగుట. అనఁగా మనస్సు వనేకరీతులుగా సంచరింపనీయక తనయందే మగ్నము చేసి కొనుట. ఇంద్రియములను వశపఱచుకొని చిత్తము ఈశ్వరునియందు లయింప జేయుటయే యోగము. ఇది సాంఖ్యమునకు సాధకము.

“దృగ్మగ్నం లీయతే యత్ర మన స్తత్రైవ లీయతే  
దృ జ్జనో లీయతే యత్ర మారుతం తత్ర లీయతే”

మనము దేనితో సమ స్తపదార్థములను జూచుచుండుమో యట్టి నేత్రద్వయముయొక్క చూపునకు బహిర్వ్యాప్తి లేకుండఁ దనను దాను జూచుకొనుట నేర్చిన నదివఱకుఁ గనుపడు వస్తువులెల్లను గనుప డవు. దీనికే యంతర్ముఖవ్యాప్తియని చెప్పుదురు. అట్లుచూపెచ్చట లీనమగునో యచ్చటనే మనస్సుసైతము లీనమగును. చూపును మనసు ఎచ్చట లీనమగు నచ్చటనే సాహస్వరూపముగనుండెడు వాయువును లీనమగును అచ్చటనే మనోమారుతములు లయమగుచున్నవి.

ఒకకుండనుఁదెచ్చి చూచిన లోపలను వెలుపలం గూడనాకాశము కనుపించును. లోపల నుండెడు నాకాశమున కావరణముండెను గదా. ఆకుండను బగులఁగొట్టినపు డాలోపలి యాకాశ మావరణరహితమై వెలుపలనుండు నాకాశముతోఁ గలిసి నిరావరణమై పేరులేనిది యగు చున్నది. ఆవరణ మున్నంతవరకే కుండలోని యాకాశమును వేరుపేరు గాని ఆయావరణము రహితముకాఁగానే నామభేదమును బోవును. అప్పుడే నామరూపక్రియా రహితత్వము సిద్ధించును.

యోగాభ్యాసము చేయఁ దలపు గలవారలు, గుహలయందుగాని, లేక జనసంచారమును దుర్వాసనయు మిట్టపల్లములును లేక, నల్లులు చీమలు దోమలు యెలుకలు మొదలగువానివలని యుష్మద్రవములు లేక, విశాలమై యుండు సమభూమియందుగాని, గృహమునందు ఆవుపేడతో చక్కఁగా అలికిన గడియందుగాని, మిద్దెమీదగాని, క్రిందగాని, తెల్లసున్నము చక్కఁగాజేసి నల్లులు యీగలు చీమలు దోమలు మొదలుగాఁ గలజంతువులు చేరకుండునటులను, గాలి విశేషముగా రాకుండునటులను, గాలి భౌతిగా లేకపోతే ఆగదిపనికిరాదుగనుక కొంచెము గాలి వచ్చునటులను, యేర్పరచబడినట్టియు సువాసనద్రవ్యములతో అలంకరింపఁబడినట్టియు గడియందుగాని పులిచర్మమునైనను కృష్ణాజనమునైనను వేసికొని, దానిమీద స్థిరచిత్తముతోఁ గూర్చుండి నడుమును మెడను తలను చక్కఁగా సరిగా నుంచి భూమిధ్యమందలి చిద్బిందువును దిలకించుచు యోగాభ్యాసము చేయవలయును. కోపమునుదూరముగ విడువవలయును. ఉప్పు కారము మొదలగు తామసపదార్థములను దినక, పాలు, నేయి, చక్కెర, మొదలుగాఁగల సాత్విక మధుర పదార్థములనేతినవలయును. “అతిసర్వత్రవర్జయేత్” అనున్యాయముచేత మితాహారమును మితనిద్రయు నుండవలయును. ప్రథమములోఁ బద్మాసనము వేసికొనియొకగంటసేపు కదలక కూర్చుండి యుండుట కభ్యాసముచేయవలయును. అట్లు లభ్యాస మేయినపిమ్మటఁ బ్రాణాయామము చేయవలయును. నాగులచవితి గోకులలప్తమి శ్రీరామనవమి ఘుక్కోటిపకాదశి శివరాత్రి మొదలగువ్రతములు ఉపవాసములచేతను శరీరమును కృశింపచేయుచు ఏమియును భక్షింపనివానికి రాజయోగాను సంధానములభింపదు. గారెలు బూరెలు లడ్డు హల్వా పోళి మొదలగు మధుర పదార్థములను అన్నమును మిక్కిలి యెక్కువగా చిరునాలుకవలకు తిని ఉచ్చాస నిశ్వాసములకయినను ఏలులేక ప్రయాసపడుచు నుండువానికి

రాజయోగానుసంధానము లభింపదు. తెల్లవారుజామున నిద్దురలేవక పగలు రాత్రియు తీరనినిద్రబోతూ ఏప్రాద్దును నిద్రమబ్బుతో పడి యుండువానికిని తెలివిముఖస్థానమందున లేనివానికిని రాజయోగాను సంధానము లభింపదు. పగలు రాత్రియు నిద్దురబొత్తిగా లేనివానికిని రాజయోగానుసంధానము లభింపదు.

[సద్గురువు లేని యెడ వ్యాధియును మరణమును గలుగును. ]

కావున యోగాభ్యాసము చేయువారలు, యోగవిద్య బాగుగఁదెలిసినగురువును దగ్గఱ నుంచుకొని యభ్యసింపవలయును. లేనిచో వ్యాధులకుఁ గారణమగును. కొండనాలుకకు మందు పెట్ట నున్ననాలుకయు నూడిపోయినట్లు, యోగవిద్య తెలియకపోగా శరీరాయాసము, దగ్గు మొదలగు వ్యాధులేర్పడును. భోజనాసంతరము యోగాభ్యాసముచేయగిట్టదు. తెల్లవారు జామున నాలుగు గంటల వేళయే దీనికి బ్రశస్తమయిన కాలము. (4. A. M. daily.)

హఠయోగులు పాలు పంచదార వెన్న నేయి తేనె గోధుమపిండి మొదలగు మధురపదార్థములనే తినవలయును.

యోగము అభ్యాసయోగమని జ్ఞానయోగమని రెండువిధములు:—

1. అభ్యాసయోగము — దీనినే కర్మయోగమనియుఁ బ్రాణాయామమనియును చెప్పుదురు. ఈయోగాభ్యాసమువలనఁ జిత్తపరిపక్వముగలుగును.

2. జ్ఞానయోగము—దీనినేరాజయోగమని చెప్పుదురు. చిత్తపరిపక్వముగలవారీ యోగము వలన ముక్తిని బొందుదురు.

అందు మొదటిది యగు అభ్యాసయోగము ప్రాకృతమని వైకృతమని కుంభకమని మూడు విధములు.

1. ప్రాకృతము లేక మంత్రయోగము.
2. వైకృతము లేక లయయోగము.
3. కుంభకము లేక హఠయోగము.



అందు మంత్రయోగము—అజపరూపమంత్రయోగము, జపరూప మంత్రయోగము, క్రియారూప మంత్రయోగము, స్థరణరూపమంత్ర యోగము అని నాలుగు విధములు.

1. అజపరూప మంత్రయోగము.
2. జపరూప మంత్రయోగము.
3. క్రియారూప మంత్రయోగము.
4. స్థరణరూప మంత్రయోగము.

శ్లో॥ మకారం మననంచైవ త్రకారం తాణముచ్యతే  
మనన తాణ మిత్యాహు ర్మంత్రవిద్యభిధీయతే॥

శ్లో॥ దైవాధీనం జగత్సర్వం మంత్రాధీనంతుదైవతమ్  
తస్మత్త్రం బ్రాహ్మణాధీనం బ్రాహ్మణోమమదేవతాః

వాని వివరమును దెలిపెదను.

1. అజపరూపమంత్రయోగము.— సూర్యోదయము మొదలుకొని తిరుగ సూర్యోదయమగు వఱకును మూలాధార, స్వాధి స్థాన, మణిపూరక, అనాహత, విశుద్ధ, ఆక్షేయ, సహస్రార కమలములకు అధిదేవతలైన గణపతి మొదలగువారికి 21600 హంస అజపగాయత్రీమంత్రజపమునసమర్పించుట.  
(చక్రవిషయమునుచూచుడు)

శ్లో॥ షట్పతంతు గణేశాయ షట్పహస్రింతు వేధనే  
షట్పహస్రిం గదాపాణే షట్పహస్రిం పినాకినే  
ఆత్మనేచ సహస్రింతు గురవేచ సహస్రికం  
జీవసంఖ్యా విజానియాత్ సహస్రిం పరమాత్మనే॥

2. జపరూపమంత్రయోగము.—బీజ, ఋషి, ఛంద, దేవత, శక్తి, కీలక, అంగన్యాస కరన్యాస ధ్యాన కవచ హృదయ మాల

పంజరలర్గళి స్తోత్ర దిగ్బంధన దిగ్విమోక్ష స్థానాపరిష్కలును  
యంత్రోవిగ్రహావ్యారాధనములు గలిగి మొదట ప్రణవము  
న నడుపెను దేవతానామమును చివరను వశ్య మారణ  
స్తంభః మోహన విద్యేషణ ఉచ్చాటన ఆకర్షణ ఆవేశము  
లనెఱు ఆప్త కర్తములకు తగిన నమః స్వాహా హూ ఫట్  
వాషట్ వషట్ ఘో స్వఘ మొదలగు పల్లవములను ప్రణా  
నాదిగచేర్చి, వినియోగముతోఁ గూడినయేమంత్రమునైన  
యిష్టసిద్ధికొఱకు జపము చేయుట. ఈ మంత్రము ఏడు  
కోట్ల విధములైయుండును.

“సక్షకోటి మహామంత్రాః చిత్తవిభ్రమ కాకాః”

3. క్రియారూప మంత్రోయోగము—యోగములు, వివాహములు,  
ఉపనయనములు గూగములు, నిర్వాహనాదిబోధకములైన  
రములు మొదలగువాని యందు మంత్రములను నొకట  
జెప్పఁచుఁ జేతులతో చర్వాజ్య సమిధ అక్షత పుష్పచందన  
దర్భ జలాదులతోడఁ గ్రీమముగ క్రియల నుపపుటయే  
క్రియారూపమంత్రోయోగము.

4. స్థరణరూపమంత్రోయోగము—శివ కామ నోవిండి నారాయ  
ణాదినామములను రాగ తాళ స్మృత్య వాద్యములతో భ  
జన సేయుటయును, ఆ నామములను గోటి కొట్ల మాకు  
లుగ వ్రాయుటయును, ఇష్టదేవతారూపముల వ్రాయుట  
యును స్థరణరూపమంత్రోయోగ మని చెప్పఁబడును.

లయయోగము:—అనాహత చక్రమున (చక్రవిషయమునఁజూడఁబడు)  
నుండు దశవిధ ప్రణవనాదముల నెఱిగి, దశమనాదమెఱి  
ట లీనమగుచున్నదో యచ్చటఁ జిత్తశాదర్శనమందు మన  
స్సు లీనమగుటయే లయయోగము. వాయుసోధ మే లయ

యోగము. ప్రాణవాయువునందు అపానంబును అపానవాయువునందు బ్రాణంబును లయంబుగా విచుట లయయోగము.  
శ్లో॥ మనోగ్రే వసతేబిందుః ప్రాణాగ్రే వసతేకళా  
ఉభయో ర్ద్వీయతే నాదం లయ యిత్యుచ్యతే బుద్ధైః॥

మనస్సునకు అగ్రముగానుండు బిందువగు బుద్ధియును ప్రాణమునకు అగ్రముగానుండు కళయును (Light of Lights) లీనమయినప్పుడే నాదమును లయమగును. అట్టినిష్కళయే పరబ్రహ్మస్వరూపము.


Note.— బుద్ధి పండయని మేధయని చార్వియని చత్వయని గృహీతయని శ్రోతియని ప్రతిభయని యేడువిధములు. అందు:—

1. పండ—వేదాంత విషయములను దెలుసుకొనఁ దగినబుద్ధి పండయనఁబడును.
2. మేధ—శ్రవణ మనన నిధిధ్యాసలచేత పెద్దలవలన తెలిసికొనినసంగతులను మఱువక పదాఠనలోకనగలబుద్ధి మేధయనఁబడును.
3. చార్వి—మనసుచేత ఊహించుటయందు నేర్పుగలబుద్ధి చార్వియనఁబడును.
4. చత్వ—గురువులవద్దఁజేరి తనకుఁగలిగిన సందేహముల నన్నిటినిఁ జదిగి వారుచెప్పెడి దంతయు ఓపికతో వినుగులేక వినుబుద్ధి చత్వయనఁబడును.
5. గృహీత—గురువుచెప్పెడి రహస్యములను పరాకులేక వినుచుండుబుద్ధి గృహీతయనఁబడును.
6. శ్రోతి—గురువులవద్దను పెద్దలవద్దను వినుగులేక శుశ్రూషచేయుటయందు సహసముగలబుద్ధి శ్రోతియనఁబడును.
7. ప్రతిభ—సమయోచితముగ శృతి స్మృతి యితహాస అనుభవములనుజూపి వాగ్దోరణిగలిగి యెరుుటివారెవరున్న ప్రశ్నలు

చేయలేకుండునటుల రహస్యములను అనుభవములను చక్కగ చెప్పి తేటతెల్లముగ తెలుపుటయందు నేర్పును శక్తియును గలబుద్ధి ప్రతిభ యనఁబడును.

హఠ యోగము:— పుణ్యనదీతీరమందుమఠము నేర్పరచుకొని హఠ యోగవిషయమును బాగుగాఁ దెలిసిన గురుని దగ్గర నుంచుకొని వారిచేత నిర్ణయింపఁబడిన ప్రకారముపథ్యములఁ జేయుచు భోజనాభ్యంగనాదులచేత శరీరరక్షణముచేయుచు గుహకుంచనముచేత నీళ్ళు వీళ్ళి అధోమలములను కడిగి విడుచుచు కల్పఘృతముల చేతను గంఢూషాదులచేతను వత్సస్థలకంఠగత కఫపిత్తాదులను వెలుపలికి వెడలఁగొట్టుచు అంజననస్యాదులచేత కపాలకుహరము నాసికలయందలి మలములను వెలుపలికి వెడలఁగొట్టుచు శరీరమంతయు విభూది పూసుకొని సాత్త్వికాహారముల భుజించుచు కాయ శుద్ధిచేసికొని పెద్దలయందును దైవమందును విశ్వాసముఁ గలవాఁడై నిర్మలమగు అంతఃకరణఁగలవాఁడై మితాహారము మితనిద్రయుగలవాఁడై సిరముగ కూర్చొని మూలబుధ ఉడ్యాణబుధ జాలంధరబుధములతోడను అష్టవిధ కుంభకములచేతను బ్రాణవాయుపుయోక్క... సంచారమును మాన్పి రేచకపూరకంబులనుడిగించి ప్రాణాపానంబుల రెంటిని రేయింబగలొక్కచందంబునఁ గుంభించుట హఠయోగంబు. అట్టినిరోధము వలనఁ గాయసిద్ధియు నాకాశగమన సిద్ధియు దూరదృష్టి దూరశ్రవణసిద్ధులును, అణిమ మహిమ లఘిమ గరిమ ప్రాప్తిప్రాకామ్యము వశిత్వము యాశత్వము అను అష్టసిద్ధులును, స్వేచ్ఛామరణాదులును గలుగును.

(అష్టసిద్ధులు చూడఁడు.)

 ధ్యానయోగము హఠయోగులకు ముఖ్యమని తెలియునది.

**జ్ఞానయోగము:—** (రాజయోగము) సమస్త విషయములను శ్రవణ మనన నిధిధ్యాసలచేతఁ బెద్దలవలనఁ దెలిసికొని పరమోప శాంతిగలిగి సర్వకాల సర్వావస్థలయందును పరబ్రహ్మస్వ రూపమందలి యపరోక్షజ్ఞానమొనరించు జీవన్ముక్తినిఁ బొంది విదేహముక్తి పర్యంతమును బ్రాప్తబద్ధము ననుభవించుచు నుండవలెను. రాజయోగికి బ్రాణాయామ మవసరములేదు. ధారణ ధ్యాన సమాధులు ముఖ్యములు.

—•••••

## అష్టాంగములు .

యోగాంగములు పూర్వాంగములనియు నుత్తరాంగములనియు రెండువిధములు.

పూర్వాంగములు.

1. యమము.

2. నియమము.

3. ఆసనము.

4. ప్రాణాయామము.

ఉత్తరాంగములు.

5. ప్రత్యాహారము.

6. ధారణము.

7. ధ్యానము.

8. సమాధి.

మంత్ర లయ హాఠ రాజయోగములలో నేయోగమభ్యసించినను బూర్వాంగములు ముందుగ నభ్యసించి పిమ్మట ఉత్తరాంగముల నభ్యసించవలయును.

1. యమము;—అహింస, అస్తేయము, సత్యము, అపరిగ్రహము, బ్రహ్మచర్యము, అని యైదువిధములు.

1. అహింస;— యజ్ఞములయందును, దుర్గాశక్తినివేదనలయందును, తప్ప తక్కినకాలములయందు జంతువులను జం

పకుండుట. ఈరు పేను నల్లి చీమ యీగ మొదలగు స్వల్ప జంతువులను క్రూరములగు పాములు తేళ్లు మండ్రగబ్బలు మొదలగు విషజంతువులను భయంకరములయిన సింహములు పెద్దపులులు చిరుతపులులు ఏనుగులు అడవిపందులు యెలుగుబంట్లు మొదలుగాగల అడవిమృగములను చంపకయుండుట అహింసయని చెప్పబడును. ఏప్రాణికిని నొప్పికలుగఁ జేయకుండుట. ఎవని మనస్సునకును ఆయా సము గలిగింపకుండుట.

*'Universal brotherhood'*

2. అస్తేయము:—స్వప్నమందయిన నితరులసొత్తు నాశంపక తన కెంతటికష్టము సంభవించిన నెరుల యాస్తిని దొంగిలింపక తానెంతటివిపత్తున మునిగియున్న నెట్టిపేదాకము ననుభవించుచున్నఁ బెరివాఁసొమ్ము తనకురాగోరక అపహరింపుమని నోటఁజెప్పక చేతముట్టక యుండుట అస్తేయము.
3. సత్యము:—చూచినసంగతి చూచినట్టుగను తెలిసిన సంగతి తెలిసినట్టుగను విన్నసంగతి విన్నట్టుగను చెప్పుట తన యొక్కగాని యితరుల యొక్కగాని ప్రాణమానములను రక్షించుటకుఁ జెప్పిన యబద్ధము సత్యముగనే యెన్నఁబడఁదగును. ఏలుగలయపుడబద్ధముచెప్పియైనఁ బ్రాణమానములు రక్షింపనియెడ మహాపాపము గల్గునని పెద్దలయభిప్రాయము.
4. అపర్మిగ్రహము:—శిష్యులు తప్ప తక్కిన యెవ రేమియిచ్చినను దానముల బట్టకుండుట.
5. బ్రహ్మచర్యము:—స్త్రీసంభోగము లేక యుండుట. మనస్సు నందైనను స్త్రీలమీఁదఁ గోరిక లేక యుండవలయును.

భార్యకలవాడయ్యేనేని ఋతుకాలమునందు మాత్ర  
మామెతోఁ గ్రీడించి తృప్తిఁజొందువాడు బ్రహ్మచారి  
గానే యెన్నబడును.

దోషములు మూడు విధములు:—

(1) కాయకము=అన్యస్త్రీని బ్రత్యక్షముగఁ బొందుట  
కాయకదోషము.

(2) వాచికము=అన్యస్త్రీని గోరుచు నన్యస్త్రీలతో  
డి సంభాషణమునకు సంశోషించుచు, వారి  
పొందు లభింపకపోయేనే యెట్లు సమకూడు  
నని మిత్రులతో నాలోచించు చుండుట వా  
చిక దోషము.

(3) మానసికము= అన్యస్త్రీలకు వలచి వారికొరకై  
మనసునఁ బరితపించుచు నెన్నరికిం దెలియ  
చేయుక లోలోనన కృశించుచుండుట.

తనభార్య కాక తక్కిన స్త్రీలందఱు దిల్లులనియుఁ దానువారి కు  
మారుడనియుఁ దలంచుచు స్త్రీలమీఁదకోరిక తప్పించుకొనవలయును

ఋతుకాలము=బహిష్కృతమైనది మొదలు 16 దినములు. అందు మొ

దటి నాలుగుదినములు, పదునెకండవ దినమును బగుమూ  
డవదినమును నిందితములు. అష్టమి, ఏకాదశి, చతుర్దశి, పూ  
ర్ణిమ, అమావాస్య, సంక్రాంతి, వ్రతదినములు, సూతకది  
నములును నిందితములు. కావున నీదినములయందు స్త్రీసంప  
ర్కముకూడదు. మనదీపమని ముద్దుపెట్టుకొనినచో మూతి  
కాలును. అట్లే స్వభార్యయైనను ఋతుకాలములయందు  
దప్ప తక్కినకాలములయందు సంభోగముకూడదు. శ్రాద్ధము

దు భుజించిన బ్రాహ్మణుడు తన భార్యకోరినను నాడుసంపర్కము చేయఁగూడదు. ఋతున్నానము చేసిన మూడుదినములకుఁబలఁ గామాతురుఁడై యుండినను రమింపఁ గూడదు. ఒకపడకయందుఁ బవళించుటయును గూడదు. ప్రాతఃకాలము, పగలు, అర్థరాత్రములయందును సంధ్యాకాలములయందును రమింపఁగూడదు. దీని సంధ్యాకాలమున కశ్యపునితో బలాత్కారముగ రమింప హిరణ్యకశిపుఁడు హిరణ్యాక్షులు బుట్టి సంధ్యాకాల దోషముచే అతి క్రూరులయిరి. కనుక సంధ్యాకాలమందు సంగమము కూడదు. రాత్రికాలమందే స్త్రీసంభోగముకూడునుగాని పగటఁగూడదు.

“ప్రాణంవావీతే ప్రస్కందన్తియేదివారత్యాసంయుజ్యంతే  
బ్రహ్మచర్య మేవ తద్యద్రాతే” రత్యాసంయుజ్యంతే”

ప) శ్లో ౪౩౬౯-పృథుత్యక్ష్మ 18.

అట్లు కానియెడ

4 వ దినమున ననఁగా న్నానదినమున రమింపగానిల్చిన గర్భమందలి శిశువల్పాయువును దర్శిదమును బొందును.

11 వ దినమున నిల్చిన గర్భ మధర్మమందిచ్చగలయాడు శిశువును బొందును.

13 వ దినమున నిల్చిన గర్భమున వర్ణసంకరురాలగు కూతురు కలుగును. ఇది నిశ్చయము.

ఉపరతి వలన నిల్చిన గర్భము స్త్రీయొక్కయాకార చేష్టలు గల నపుసకునిబొందు; లేకున్న బురుషచేష్టలు గల స్త్రీయైనది లాచును. అఱిమాసములుమిగిలిన గర్భిణి స్త్రీని రమింపఁగూడదు. ఈ బ్రహ్మచర్యనియమమునుసమస్తమైనవారును జరుపవలయును.



11. నియమము:—స్వాధ్యాయము, సంతోషము, శౌచము, త్రివిధతపస్సులు, ఈశ్వరప్రణిధానము నని యైదువిధములు.

1. స్వాధ్యాయము=వేద మూలమంత్రములను పఠించుట.

(1) వాచికము—నోట బిగ్గరగా యితరులకు వినబడు నట్లు చెప్పుట,

(2) ఉపాంశువు—యితరులకు వినబడకుండ ధ్వనిగలుగు కుండ మనస్సుననే పఠించుట.

(3) మానసికము—ధ్వనిలేకుండఁ బ్రత్యక్షరమును విరళించి నెమ్మదిగా మనసున జపముచేయుట.  
అన్నిటిలోనను మానసికము ముఖ్యము.

“True prayer is voiceless”

2. సంతోషము=సుఖమునకు సంతోషింపక దుఃఖమునకు వ్యసన పడక ప్రారబ్ధమువలన నేవేళ కేదిప్రాప్తించినను యదృచ్ఛాలాభసంతుష్టితో నుండి నిత్యతృప్తి నొందియుండుట.

3. శౌచము=మలినము లేకుండుట.

(1) బాహ్యశౌచము—స్నానము మొదలగు వానివలన శరీరముయొక్క వెలుపలిమలమును బోగొట్టుట.

(2) అంతరశౌచము—అరిష్టద్వర్గమును బంచమలములను విడనాడి మనస్సును బరిశుద్ధముగా నుంచుకొనుట.

4. త్రివిధతపస్సులు:—

(1) శరీరతపస్సు—యమమునందలి అహింస అస్తేయము సత్యము అపరిగ్రహము బ్రహ్మచర్యము అనునవియును శౌచము నందలి బాహ్యపరిశుద్ధము

అంతరపరిశుద్ధము అనునవియును అణకువయును  
విధేయతయును గలిగి దేవతలను బెద్దలను బ్రా  
హ్మణులను గురువులను పండితులను సన్యాసులను  
హంసలను పరమహంసలను అవధూతలను సాధు  
లను బూజించుట శరీరతపస్సు.

(2) వాక్తపస్సు—సత్యములై మనోహరములగు మాట  
లాడుట. వేదమూలమంత్రములను పఠించుట  
వాక్తపస్సు.

(3) మనోతపస్సు—మనోనిగ్రహమును మనశ్శుద్ధియును  
మంచినడతయును గలిగియుండుట. నిర్మలమగు  
మనస్సు గలిగి యుండుట మనోతపస్సు.

5. ఈశ్వర ప్రాణిధానము :—

సీ॥ కరణంబు లఖిలోపకరణంబులునుగాఁగ  
బ్రాణంబు లుపచారభటులుగాఁగ  
గంగాప్రముఖనాడికలు జలంబులుగాఁగ  
షట్కమలమయి పుష్పములుగాఁగ  
జతరాగ్ని హూత్ర ముజ్జ్వలధూపవిధిగాఁగ  
బటుజీవకళలు దీపములుగాఁగ  
నందితానందంబు నైవేద్యముంగాఁగ  
రవిశశిజ్యోతు లారతులుగాఁగ

గీ॥ నంగ దేవాలయమున సహస్రకమల

వీరమునకాంతి జనకజోహేతుడగుదుఁ

జెలగుఁ బరమాత్మ రాము నర్చించుచుంట

తత్పవదు లీశ్వరప్రాణిధానమందు.

జ్ఞానేంద్రియములును గర్భేంద్రియములు సంతరింద్రియములును బాహ్యపాశ్రములుగను దశవిధప్రాణములు పనిబాగులవాండుగను గంగాయమునాసరస్వత్యాది నామములుగల యిడా పింగళా సుషుమ్నా దులగునాడు లభిపే కాది జలములుగ మూలాధార స్వాధిష్ఠానమణిపూర కలనాహత విశుద్ధ అజ్ఞేయములను షట్కమలములు పుష్పములుగను జత రాగ్నిధూపముగను జిత్కళలు దీపములుగను బ్రహ్మానందము నైవేద్యముగను సూర్యచంద్రులమండలజ్యోతు లారతులుగను జేసి శరీరమనెడు జేనాలయమందు సహస్రార కమలమనెడి సింహాసనముపైన కాంతి యనెడు సీతతోఁగూడియుండు పరబ్రహ్మస్వరూపుడగు కీరామునినెల్లప్పుడు పూజించుచుండుటయే, యీశ్వరప్రణిధాన మని తాత్పర్యము.

### III ఆ స న ము లు.


ఆసనము లెనుబడినాలుగు లక్షలు. అందు ముఖ్యములగునవి ఏవరింపబడును.

1. పద్మాసనము.—కుడితోడమీఁద నెడమపాదము నెడమతోడ మీఁదఁ గుడిపాదమునుంచి వెనుకప్రక్కఁగఁ గుడిచేతితోఁ గుడికాలిబొటనవేలు నెడమచేతితో నెడమకాలిబొటనవేలును బట్టుకొని గడ్డము వత్తుస్థలమునకు దగులునట్టుగఁదలవంచి భ్రామధ్యమందు దృష్టినిలిపియుండునది. ఇది గృహస్థులకు ముఖ్యము.
2. సిద్ధాసనము. — ఆసనమందు (మలద్వారమున) నెడమకాలి మడిమయు లింగస్థానమందుఁ(మూత్రద్వారమున) గుడికాలి మడిమయు నునిచి, శరీరము వంకర లేకుండ నిలిపి కొంచెముగా తలవంచి సగముకన్నులుమూసి నిష్కాలిత నేతుగ్జై భ్రామధ్యమందు దృష్టిని నిలిపి అక్కానలోకన చేయునది.

గృహస్థులకు పద్మాసనము ముఖ్యము. రక్షి-నయాశ్రమస్థులకు సిద్ధాసనము ముఖ్యము. యీ ఆసనము వలన మనస్సు నిర్మలమగును. ఇంద్రియనిగ్రహముగలిగి తద్వారా దేహదారుఢ్యమున్ను ముఖవర్చస్సున్ను కలుగును. ముఖము పోడకకళాపరిపూర్తియై యుండును.

3. భద్రాసనము:— కాలిచీలమండలను అండములక్రింద నునిచి రెండుమడిమలను రెండుచేతుల బట్టుకొని కదలక భ్రామధ్యమున దృష్టిని నిలుపునది.

4. సింహాసనము:— ఎడమపీఠక్రిందఁ గుడికాలిమడిమయు కుడిపీఠక్రింద నెడమకాలిమడిమయు నునిచి తనరెండుచేతుల వేళ్ళను రెండుమోకాళ్ళమీద సవ్యముగ నెడల్పుగనునిచి నిక్కి సరిగాకూర్చుండి నోరుదెఱిచికొని భ్రామధ్యమందు దృష్టిని నిలిపి ఆత్మావలోకన జేయునది.

 పద్మాసనము సిద్ధాసనము భద్రాసనము సింహాసనములను నాలుగుయాసనంబులును ముఖ్యంబులని తెలియునది.

5. ఏరాసము. — ఒకతొడమీద నొకపాదమును మఱియొకతొడక్రింద రెండవపాదమును జేర్చి శరీరమును వంకర లేకుండ నిలిపి భ్రామధ్యమందు దృష్టినిలిపియుండునది.

6. మతాంతరపద్మాసనము. — కుడితొడమీద నెడమపాదమును ఎడమతొడమీద కుడిపాదమును వెలికిలనుంచి తొడపై హస్తములనుంచి ముక్కు కొనయందు లక్ష్మ్యమునునిలిపి నెమ్మదిగా వాయువును పూరించుటయే మతాంతరపద్మాసనము.

7. కుత్తపద్మాసనము. — కుడితొడమీద నెడమపాదమును నెడమతొడమీదఁ గుడిపాదమునుంచి నెరుకబట్టిన గుడిచేతి

తోఁగూడికాలిబాటనవ్రేలు నెడమచేతితో నెడమకాలిబాట  
నవ్రేలును బట్టుకొని గడ్డము వత్తుస్థలమునకు దగులునట్టుగ  
దలవంచి రేచించి ఊర్ధ్వముఖవ్యాపనముచేసి కుండలిని పెక  
లించి భ్రామధ్యమందు దృష్టిని నిలుపవలెను. దీనినే ముక్త  
పద్మాసనమనియుఁ బద్మపద్మాసనమనియుఁ జెప్పుదురు.

8. కుక్కుటాసనము:—కుడితొడమీఁద నెడమపాదము నెడమతొడ  
మీఁదఁ గుడిపాదము నుంచి గడ్డము వత్తుస్థలమునకు దగులు  
నట్టుగఁ దలవంచి పిక్కలకుం దొడలకును నడుమ జేతుల  
దూర్చి యాచేతులను నేలమీఁద మోపి పైకి లేచినట్లుండి  
భ్రామధ్యమందుండు చిట్చిందువును జూచుచుండునది.

9. కూర్మాసనము:—కాలి మడిమలమీఁదఁ గూర్చుండి భ్రామధ్య  
మందు దృష్టిని నిలుపునది.

10. ఉత్థానకూర్మాసనము:—కుడితొడమీఁద నెడమపాదము నెడమ  
తొడమీఁదఁ గుడిపాదము నుంచి గడ్డము వత్తుస్థలమునకు  
దగులునట్టుగఁ దలవంచి తన రెండుచేతులతో తనకంఠమును  
బట్టుకొని వెలికిలబడియుండి భ్రామధ్యమందలిచిట్చిందువును  
జూచుచుండనేని యుత్థానకూర్మాసన మని చెప్పుదును.

11. మతాంతర సిద్ధాసనము:—లింగస్థానమునకు మీఁదుగా నెడమ  
కాలిమడిమ నునిచి అమడిమపైన కుడికాలిమడిమ నునిచి  
భ్రామధ్యావలోకన చేయుచుండుటయేమతాంతర సిద్ధాసన  
మని చెప్పుదురు.

12. స్వస్తికాసనము:—పిక్కలకును దొడలకును నడుమఁ బాదములఁ  
జేర్చి శరీరమునంతర లేకుండ నిలిపి భ్రామధ్యమందు దృష్టిని  
నిలిపియుంచునది.

13. యోగాసనము:—ఎడమతొడకిందఁ గుడిపాదమును గుడితొడ  
కింద నెడమపాదము నుంచి తొడలనడుమఁ జేతులు గ్రుచ్చి  
పిక్కలఁబట్టుకొని శరీరము వంకర లేకుండ నిలిపి భ్రామధ్య  
మందలి చిద్బిందువును తిలకించుచుండఁగనేని యోగాసన మని  
చెప్పుదురు.
14. గోముఖాసనము:—ఎడమకాలి మడిమ కుడివీపుపక్కగాను  
కుడికాలిమడిమ యెడమవీపుపక్కగాను మోకాలిమీఁద  
మోకాలు గదియనుంచి శరీరమువంకరలేకుండ నిలిపి, భ్రా  
మధ్యమందు దృష్టిని నిలుపునది.
15. కపాలాసనము:—కాళ్ళమీఁదికిని దల కిందికి నునిచి, భ్రామధ్య  
మందు దృష్టి నిలిపి యుంచునది. ఈసనము నిత్యము క్రమ  
క్రమముగా నొకజాము అభ్యాసము చేయుచుండిన సమస్త  
రోగములనునివర్తిచేయును. జఠరాగ్ని ప్రజ్వరిల్లఁ జేయును.  
అల్పభోజనముచేత వాయుసంచారము తగ్గించును. శరీరము  
బహుశ్రేణికగ నుండును. ఇట్లు మూడుసంవత్సరము అభ్య  
సించెనేని సాక్షాత్పరశివుడే యగును.
16. ముక్తాసనము:—ఎడమకాలి మడిమచే గుడస్థానమును గప్పి, కుడి  
పాదము నెడమతొడమీఁద నునిచి భ్రామధ్యమందు దృష్టి  
నిలిపి యుంచునది.
17. ధనురాసనము:—కాలిబొటనపేల్లను రెండుచేతుల వీపునెనుక  
చెవులకుసరిగాఁ బట్టి భ్రామధ్యవలోకన చేయుచుండఁగనేని  
ధనురాసన మనడదు.
18. మయూరాసనము:—చేతుల నేలమీఁదఁ మోపి మోచేతుల  
నాభియిరుపక్కల నునిచి ముఖము పైకి రెండుకాళ్ళు

చాచి నెమలి నోకవలెపైకెత్తి భూమధ్యమందలి చిద్విం  
దువును తలకించుచున్న మయూరాసనమగును.


19. టిట్టిభాసనము — పాదములు వెలికిలనుండ శిరస్సుపైగదియిం  
చీ తలను గట్టిగ పాదములతో పట్టుకొని చేతులతోఁ బూ  
సికగా నిలిచి ముడ్డిని పైకెత్తి ఆత్మావలోకన చేయఁగా టిట్టి  
భాసన మని చెప్పుదురు.

20. అర్భకాసనము — గొంతుకూర్చుండి మోకాళ్ళమీఁద తలపెట్టి  
మోకాళ్ళను చేతులతో చుట్టిపట్టుకొని లక్ష్యానుసంధానము  
చేయఁగా అర్భకాసన మని చెప్పుదురు.

21. కామదహనాసనము. — కాలివేళ్లు మడిచి భూమిమీఁద నిలిపి  
మోకాళ్ళకిందనుంక మడిమలమీఁద పిఱుదులనుంచి కూ  
ర్చొని హంసదండముమీఁద చేతులనూని నిక్కి భూమధ్య  
మందు లక్ష్యముంచి ఆత్మావలోకన చేయఁగా కామదహనా  
సన మని చెప్పుదురు.

22. పూర్వతాణువాసనము. — కాలివేళ్లు మడిచి భూమిమీఁద  
నిలిపి మడమలు పిఱుదులును జేర్చి తలను చేతులతోను  
నడుమును మోచేతులతోను అదిను పట్టుకొని నడుమును  
నిక్కించి భూమధ్యమందలి ముక్తికాంతను చూచుచుండఁ  
గా పూర్వతాణువాసన మని చెప్పుదురు.

23. పశ్చిమతాణువాసనము. — నేలమీఁద రెండు కాళ్ళను జక్కగా  
జాచి మోకాళ్లమీఁదఁ దలపెట్టి రెండుకాళ్ళుల బొటనవే  
ళ్ళును రెండుచేతులు బట్టికొని భూమధ్యమందు దృష్టినిలిపి  
యుంచునది.

 అన్ని యాసనములలోనను సుఖాసనము పరమశ్రేష్ఠమైనది

24. సుఖాసనము.—అంతర బ్రాహ్మదృశ్యములన్నియుఁ బరబ్రహ్మ స్వరూపమునియు, ఆపరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియుఁదలచి యేసంకల్పమునులేక, నిస్సంకల్పుడై బడలిక, జాడ్యము, నిద్ర, ఆయాసము మున్నగునవి యేపరబ్రహ్మస్వరూపమున నుండుటచేతఁ గలుగవో యట్టియునికియే సుఖాసనము. దృష్ట్య, దర్శన, దృశ్యములు, (అనఁగాచూచువాఁడు, చూపు, చూడఁబడునది.—respectively) యేపరబ్రహ్మమందు లయ మగుచున్నవో, యట్టిపరబ్రహ్మమునందే దృష్టినిలుపవలెంగా ని యభ్యాసకులవలె భూమధ్యమున లక్ష్మ్యములు నిలుప రాదు. ఇదియ యమనస్క రాజయోగ లక్షణము.

#### IV. పాతాళాయామము.

ప్రాణాయామము ప్రాకృతప్రాణాయామమని వైకృతప్రాణాయామ మని కుంభకప్రాణాయామమని మూడు విధములు.


1. ప్రాకృతప్రాణాయామము=అజపరూపమంత్రయోగము.

(చూడుము 49 పుట.)

2. వైకృతప్రాణాయామము=ఎడమముక్కున వాయువును బూరించి సగభాగము కుంభకమందు నిలిపి కడమసగమును కుడిముక్కున రేదింపవలెను. మఱియుఁ గుడిముక్కునఁ బూరించి సగము కుంభకమందు నిలిపి, కడమసగమును నడమముక్కున రేదింపవలెను. ఈతరున యథాశక్తిగఁ బ్రాణాయామము చేయుచుండవలెను.

3. కుంభకప్రాణాయామము—మూలబంధ ఉద్యానబంధ వాలంధర బంధములఁగావించి, వాయువును పూరింపక, రేదింపక ఏకరీతిని నిలుపుట.




 పూరకము—ఉత్పత్తి; రేచకము—సంహారము; కుంభకము—స్థితి.

పూరించుట=ప్రాణవాయువును మూలాధారమునుండి బ్రహ్మరంధ్రపర్యంతము సుషుమ్నానాళద్వారముగ నుత్థాపకము చేయుట.  
దీనినే కుండలిని పెకలించుట యనియు చెప్పుదురు.

రేచించుట=బ్రహ్మరంధ్రపర్యంతము పూరించిన వాయువును మఱల సుషుమ్నానాళద్వారముగ మూలాధారమునకుఁ జేర్చుట.

కుంభించుట=పూరించినవాయువును గొన్ని నిమిషములు రెండుముక్కులు మూసి రేచించకుండ బ్రహ్మరంధ్రమందు అనఁగా కపాలకుహరమందు నిలుపుట. ఇదియే ఊర్ధ్వకుంభకము.

అధోకుంభకము=రేచించినవాయువును గొన్ని నిమిషములు రెండుముక్కులు మూసి, పూరించకుండ మూలాధారమందు నిలుపుట. ఇదియే అధోకుంభకము.

 ప్రాణాయామము రెండుభాగములు. — కుడిముక్కును మూసి యెడమముక్కుగుండ వాయువును లోపలికిఁబీల్చి, ఎడమముక్కు మూసి కుడిముక్కుగుండ వాయువును లోపలినుండి విడుచుట పూర్వభాగము. ఎడమముక్కు మూసి కుడిముక్కుగుండవాయువును లోపలికిఁ బీల్చి కుడిముక్కుమూసి యెడమముక్కుగుండ వాయువును లోపలినుండివిడుచుట ఉత్తరభాగము.

మూలబంధము=ఎడమకాలి మడమచేత గుదస్థానమునుమూయుట.  
ఉడ్యాణబంధము=కుడికాలి మడమచేత నాభిస్థానమునుమూయుట.  
జాలంధరబంధము=తలవంచి, గడ్డము తొమ్మునందుంచుట.

యోనిబంధము=కాలి మడమచేత గుదస్థానమును మూయుచు అసానవాయువును ఊర్ధ్వముఖముగా పయికి పీల్చి యుండునది యోనిబంధము.

ఈవిధముగఁబ్రాణాయామము నిత్యము నభ్యాసము చేయుటవలన శరీరము తేలిక యగును. అభ్యాసము కానుకాను కేవలకుంభకమగును.

చేయుటపట్టును. ప్రాణాయామము చేయుటవలన మైత్ర్యము దగ్గు మొదలగు వ్యాధులు నెమ్మదించును. ఏవ్యాధియు నుండదు. భోజనానంతరమియభ్యాసము చేయగిట్టదు. తెల్లవారుజామునఁ జేయుట యుక్తము.

Note—యమ! నియమాసనంబులు అభ్యసించిన పిమ్మట నే ప్రాణాయామ మభ్యసించవలయును. అట్లుగాక మున్నందుగాఁ బ్రాణాయామ మభ్యసించినచో హృదయవ్యాధులకుఁ గారణమగును. కావున జాగ్రహకత గలవారై యమనియమాసనంబులు ముందు అభ్యసించునది.

### V. ప్రత్యాహారము.

జ్ఞానేంద్రియములను గర్భేంద్రియములను అంతరింద్రియములను వాని వానివిషయములకుఁబోసేయక మఱిించుట ప్రత్యాహారము. ఈప్రకారము నిత్యము నభ్యసించిన నింద్రియములు స్వాధీనములగును. ప్రాణాయామమువలన వాయువు నిలిచినపు డింద్రియవ్యాపారములును నిలుచును. మనసు సైతము నిలుచును.

ఇంద్రియములు.

శ్రోత్రేంద్రియము—(చెవి) నర్ణరూప ధ్వనిరూపములైన సకల శబ్దములను వినును.

త్వగింద్రియము—(చర్మము) మృదువుకఠినము ఉష్ణముశీతము మొదలగు గుణములను తాకుటవలన గ్రహించును.

చక్షురింద్రియము—(కన్ను) పొట్టి పొడుగు లావు సన్నముగల రూపములను నలుపు తెలుపు పసుపునీలము సునీలము యింద్రనీలము పీతము ఎఱుపు అకుపచ్చ మొదలుగాఁ గల రంగులుగల అనేకరూపములను జూచును.

జిహ్వేంద్రియము—(నాలుక) ఉష్ణ పులుసు కారముతీపుచేదు వగరు అను రుచులను గ్రహించును.

ఘ్రాణేంద్రియము—(ముక్కు) సుగంధ దుర్గంధములగువాసనలను గ్రహించును.

కశోద్రియములు.	{	వాగింద్రియము:—(నోరు) శబ్దములను బలుకును.
		సాగీంద్రియము:—(చేయి) ఇచ్చట పుచ్చుకొనుట మొదలగు పనులు చేయును.
		పాదేంద్రియము:—(కాలు) నడుచుట ఎగురుట పరుగెత్తుట మొదలగు పనులు చేయును.
		పాన్వీంద్రియము:—(గుదము) మలవిసర్జనము చేయును.
		ఉపస్థేంద్రియము:—(యోని లేక శిశ్నము) మూత్రవిసర్జనము చేయును. సురతాదులచేత నానందించును.
అంతరింద్రియములు	{	మనస్సు—కోరికలను బుట్టించును.
		బుద్ధి—నిశ్చయించును.
		చిత్తము—ఆలోచించును.
		అహంకారము—మూర్ఖముతో పనులు చేయించును.

ఈపదునాలుగు గింద్రియములను తమతమవ్యాపారములకుఁ బోషియక నిలుపవలెను. ఏసంగతినైన నాలోచించునప్పుడు మనస్సు ఆపనియందే నిలుచును. అట్టిసమయమున నెదుట నున్నవస్తువు కన్నులకుఁగనుపడదు ఇతరులు చెప్పమాటలును వినఁబడవు. ఇది సర్వత్రయనుభవమువలనఁ జెలియువిషయమే. అదేప్రకారము మనస్సుపరబ్రహ్మస్వరూపమందులయఁపైనఁ బదునాలుగు గింద్రియములును వ్యాపారశూన్యములైనిలుచును.

## VI ధారణము.

మూలాధారము, స్వాధిష్ఠానము, మణిపూరకము, అనాహతము, విశుద్ధము, ఆజ్ఞేయము, సహస్రారము ననెడు కమలములయందు (అనఁగా చక్రములయందు) వానికి నధిదేవత లయిన గణపతి, సరస్వతితోడి బ్రహ్మ, లక్ష్మితోడి విష్ణువు, గౌరితోడి రుద్రుడు, ఈశ్వరుడు, సదాశివుడు, పరమాత్మ (respectively) యనువాని నాయాస్థలముల యందు

ధ్యానించునపు డాయాచక్రములయందు మనస్సును నిలుపుటయే ధారణము. ఈప్రకారముగ నిత్యము నభ్యసించినచో శరీర మెట్లునిలిపిన అట్లు నిలుచును. తీర్థాసమందు చెమటపట్టును. మనస్సణఁగి యుండును. వృత్తిరహిత మగును. వాయువుయొక్క రాకపోక లనుదిన మొక జాము నిలిపిన సమర్థుఁ డగును.

## VII ధ్యానము.

ధ్యానము సదుణధ్యానమనియు నిర్గుణధ్యానమనియు రెండువిధములు:—

1. సగుణధ్యానము:—హృదయపద్మమందు విరాట్పురుషుని నిలిపి మనస్సుచేత సమస్త వస్తువులను గల్పించి షోడశోపచారములను జేసి ధ్యానింప వలెను. పయినవ్రాసిన “నియమ” మందలి యీశ్వరప్రణిధానలక్షణమును జూడుఁడు. (చూ—పుట. 58)
2. నిర్గుణధ్యానము:—వీరాసనమున నుండి, చేతులను తొడలమీదనుంచుకొని నేత్రంబులు మూసి, “అహంబ్రహ్మస్మి” అను న్యాయముచొప్పునఁ బరబ్రహ్మస్వరూపమే తానని, నిర్వికల్పనిష్ఠఁ గలిగి యుండుట. స్థూలసూక్ష్మకారణశరీరములు తానుగానని యుఁ బంచప్రాణములు ఉపవాయువులు తానుగాననియుఁ బదునాలు గింద్రియములు తానుగాననియు, శరీరప్రాణేంద్రియములకుఁ దానుసాక్షి ననియు, నట్టిసాక్షిత్వమును వృత్తియేగనుక పరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియు, సర్వదా బ్రహ్మనిష్ఠయందే యుండుట.

ఇట్లుధ్యానము చేయుట నిత్యము నభ్యాసము చేయఁగ నాత్మజ్యోతి దరిశన మిచ్చును. సత్యజ్ఞానానంద నిత్యనిర్మలాఖండ స్వరూపమగు పరబ్రహ్మమే తాననడి నిశ్చయము స్వానుభవవేద్య మగుదాక సర్వకాల సర్వావస్థలయందు ప్రార్థనాశనపర్యంతము దేహావసానపర్యంతము నిర్వికల్పబ్రహ్మనిష్ఠ గలిగియుండుట నిర్గుణధ్యానము.

## VIII. స మా ధి.

శ్లో॥ సవికల్పో నిర్వికల్ప సమాధి ద్వివిధా భవేత్  
దృశ్యశబ్దాను విద్ధోయం సవికల్పః పునర్ద్విధా॥

సమాధి సవికల్పమని నిర్వికల్పమని రెండువిధములు. అందు సవికల్పము దృశ్యానువిద్ధసవికల్పమని శబ్దానువిద్ధసవికల్పమని రెండువిధములు. ఈమూఁడును బాహ్యంతర భేదములచేత నాఱు విధములై యును. సమాధి ముక్తికి మార్గము. ముముక్షువులకు సహజనిర్వికల్పసమాధియు సుఖాసనమును ముఖ్యములు.

సమాధి సవికల్పమని నిర్వికల్పమని రెండువిధములు:—

1. సవికల్పసమాధి. ఇది రెండువిధములు.

(1) దృశ్యానువిద్ధసవికల్పసమాధి.

(2) శబ్దానువిద్ధసవికల్పసమాధి.

2. నిర్వికల్పసమాధి.


ఇవి బాహ్యంతర భేదములచేత నాఱువిధములు. వానివివరము.

1. బాహ్యదృశ్యానువిద్ధసవికల్పసమాధి :— బ్రహ్మవిష్ణుమహేశ్వరుల నెడి త్రిమూర్తులు యింద్రాదిదేవతలు మనుష్యులు పశువులు పక్షులు క్షిప్రీకీటకాదులు మొదలగు చేతనములును కొండలు గుహలు పర్వతములు మొదలుగాఁగల అచేతనములును నేత్రములకు గోచరములగు బాహ్యదృశ్యముల నెడుసమస్తచేతనాచేతనములును దన తెలివియందేపుట్టి నశించును గనుక నట్టిదృశ్యములకుఁ దానువిలక్షణుడననియుఁ బరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియుఁ దలంచుట బాహ్యదృశ్యానువిద్ధసవికల్పసమాధి యనఁబడును.

2. అంతరదృశ్యానువిద్ధసవికల్పసమాధి :—తనయందు స్వభావము చేత, బుట్టునంతరదృశ్యములకు ననఁగా వృత్తులకుఁ దానువిలక్షణుడననియుఁ బరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియుఁ దలంచుటఅంతర దృశ్యానువిద్ధసవికల్పసమాధి యని చెప్పుదురు.
3. బాహ్యశబ్దానువిద్ధసవికల్పసమాధి:— బాహ్యశబ్దములనెడుసమస్త నామములకుఁ దాను విలక్షణుడ ననియు నామరూపకీయారంభిత మగు పరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియుఁదలంచుచు ఆనందముననే దేలుచుండుట బాహ్యశబ్దానువిద్ధసవికల్ప సమాధి యని తెలియునది.
4. అంతర శబ్దానువిద్ధసవికల్పసమాధి:— అంతరశబ్దములనెడు కామక్రోధలోభమోహమదమాత్సర్యములు మొదలగువానికి ప్రణావనాదమందలి చిణీనాదము, చిణిచిణీనాదము, ఘంటానాదము, శంఖనాదము, వీణానాదము, తాళనాదము, వేణునాదము, భేరినాదము, మృదంగనాదము, మేఘనాదములను దశవిధనాదంబులకుఁదాను విలక్షణుడననియుఁ బరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియు దలంచుటఅంతరశబ్దానువిద్ధసవికల్పసమాధియని చెప్పఁబడును.
5. బాహ్యనిర్వికల్పసమాధి:— పైనాలుగువిధములగు సవికల్పసమాధులయందును స్థిరమై అంతరబాహ్యములయందుఁ దనకంటె భిన్నమయిన దేదియుఁదోచక పరబ్రహ్మస్వరూపముగనే కనుపించుట బాహ్యనిర్వికల్పసమాధి యనఁబడును.
6. అంతరనిర్వికల్పసమాధి:— తాను విలక్షణుడ ననెడువృత్తియులేక తానే పరబ్రహ్మ స్వరూపమనెడు వృత్తియు లేక, యఖండపరిపూర్ణ సచ్చిదానందపరబ్రహ్మస్వరూపమై తాను తానై యుండుట అంతరనిర్వికల్పసమాధియని ప్రసిద్ధము.

(అనుభవమువలననే తెలిసికొనవలయును.)

ఈసమాధులయందు వాయువుపూర్తిగానిలుచును. నిద్రాంతునధి కమయిన సుఖము కలుగును. సమాధినిష్ఠాగరిష్ఠునకు నన్నపానాదుల యందుఁ గోరికయుండదు. బంగారము మట్టియు సమముగ నేతోఁచును. అతనికి శీతోష్ణములు, సుఖదుఃఖములు, జాతిమతములు, శాస్త్రములు, కర్మలు, నుండవు. భూషింపఁడు. కొట్టడు కొట్టఁబడఁడు. తిట్టఁడు తిట్టు వడఁడు. చక్కవిషయమున సహస్రారమందు సమాధిని గూర్చి వ్రాయఁ బడును.

 మఱియు సంప్రజ్ఞాత సమాధియని అసంప్రజ్ఞాత సమాధియని రెండు విధములు. అందు—మనస్సు పూర్తిగా అయిక్యము కాకుండా వుండేస్థితిగల సమాధి సంప్రజ్ఞాత సమాధి యనియు మనస్సు పునరావృత్తిరహితముగా అయిక్యమయి బ్రహ్మనందమున మునిగి యుండేస్థితిగల సమాధి అసంప్రజ్ఞాత సమాధియనియుఁ జెప్పుదురు. సంప్రజ్ఞాత సమాధియందు ప్రజ్ఞయుండును అసంప్రజ్ఞాత సమాధి యందు ప్రజ్ఞ లేదు. ఈయసంప్రజ్ఞాత సమాధియే అంతరనిర్వికల్ప సమాధి యని తెలియునది. యీరెంటికిని భేదమేమియు లేదు.

శ్రీమలేక నిర్వాణప్రాప్తి కానేరదు. సకల ప్రాణులు మరణించు టయందు ఆత్మ నేత్రములగుండానో లేక అధోముఖముగా మూలాధారముగుండానో లేక మరియేద్వారముననో బయలు వెడలును. ఇట్టిసమాధులయందు అభ్యసించిన సమాధినిష్ఠాగరిష్ఠునకు కపాలకుహరము అనఁగా బ్రహ్మగంధ్రముగుండా ఆత్మ అంతరాత్మ పరమాత్మ బయలు వెడలును. సమాధినిష్ఠుని శరీరము మంచికళలు గలిగియుండును. ఏస్త్రీ చూచినను మోహించునట్లు ప్రకాశమానముగ నుండును. స్వప్రకాశము దానంతట ఆదే బయలు వెడలును. చిత్తము ప్రాణవాయువుతోకూడా సుషుమ్నతోకలియను చిత్తనిరోధమగును. అప్పుడు మనస్సునిలుచును.

**Note**—ప్రాణాయామముగాని సమాధులుగాని అభ్యాసకులు జామునకు (3 hours) మించి చేయగిట్టదు. స్త్రీసంపర్కమువలన బలహీనము యింద్రియనష్టములగును. స్త్రీసంపర్కములేకుండ యోగాభ్యాసముచేయువానికి శరీరమంతా సుగంధము వ్యాపించును. విశేషముగా స్త్రీసంపర్కము గలవానికి శరీరమంతయు దుర్వాసన యగును.

**స్త్రీసమాధికివిఘ్నములు**—రోగము, బడలిక, సందేహము, అజాగ్రత్త, సోమరితనము, విషయలోలత్వము, తప్పుఅభిప్రాయము, స్థిరములేమి, బాధ, హీనత్వము, జాడ్యము, ఆయాసము, దగ్గు మొదలుగాఁ గలవి. ఇవి యున్నప్పుడు సమాధులు చేయగిట్టదు. మున్ముందుగా ప్రతిబంధములను నివర్తి జేసుకొని సమాధినిష్ఠలకుఁ బోవలయును.

**తత్వములు**—పాదము మొదలు మోకాళ్ల వఱకు లకారము బీజము పృథివీతత్వము, మోకాళ్లు మొదలు గుదస్థానమువఱకు వకారము బీజము ఆపోతత్వము, గుదము మొదలు హృదయము వఱకు రకారము బీజము అగ్నితత్వము, హృదయము మొదలు భ్రూమధ్యమువఱకు యకారము బీజము వాయుతత్వము, భ్రూమధ్యము మొదలు కపాలకుహరము వఱకు హకారము బీజము ఆకాశతత్వము అని తెలియు నది.

## పంచదశ యోగాంగములు.

యమము, నియమము, త్యాగము, మానము, దేశము, కాలము, ఆసనము, మూలబంధము, దేహసామ్యము, దృక్స్థితి, ప్రాణాయామము ప్రత్యాహారము, ధారణము, ధ్యానము, సమాధియని పదునైదు యోగాంగములు. అందు :—

1. యమము—పృథివ్యాపస్తేజోవాాయురాకాశము లనెడు పంచభూతములు, స్థూలసూక్ష్మకారణ శరీరములు, శోకోత్పక్వక్షుద్బిహ్వ



ఘ్రాణముల నెడుజ్ఞానేంద్రియములు, పాక్వాణిపాదపాయూ  
పస్థలనెడు కర్ణేంద్రియములు, మొదలగు బాహ్యదృశ్యము  
లును; మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారములనెడు సంతరింద్రియ  
ములు, ప్రాణాపానవ్యానోదానసమానములనెడు పంచస్థా  
ణములు, నాగకూర్మకృకుర దేవదత్తధనుంజయులనెడు  
నుపవాయువులు, మొదలగు సంతరదృశ్యములును; పరబ్రహ్మ  
స్వరూపమనియు, ఆయవాజ్ఞానసగోచరమగు పరబ్రహ్మమే  
తాననియుఁ దలంచుట యమమని చెప్పబడును.

2. నియమము—చతుర్దశేంద్రియములకును వాని వానివిషయము  
లకును దాను విలక్షణుడననియు, సచ్చిదానందస్వరూపుడ  
ననియు, సత్త్వరజస్తమోగుణసంబంధములైనవృత్తులు లేని  
వాడననియు, బ్రాహ్మణక్షత్రియవైశ్యశూద్రులనెడుజాతు  
లు లేనివాడననియు, స్థూలసూక్ష్మస్వరూపములు లేనివాడ  
ననియు, బేరు లేనివాడననియు, గనుక నే నామరూపక్రియా  
రహితుడననియుఁ దెలిసికొని, సర్వకాలసర్వావస్థలయందు  
ను బ్రహ్మనందముతో మునిగియుండుట.

3. త్యాగము—శరీరము యింద్రియములు మనస్సు ప్రాణములు  
మొదలుగాఁగలవి తానుగానని వానియందభిమానము వదిలి  
యుండుట; సంకల్పరాహిత్యము.

4. మకానము—“యతోవాచోనివర్తంతే అప్రాప్యమనసాసహ”  
మనస్సుతోఁగూడఁ పరబ్రహ్మమును జెందనేరకవాక్కులు  
మతిలుచుండును; అట్టి పరబ్రహ్మమునందే మనస్సును మగ్న  
ముచేసియుండుట. మనస్సు పరబ్రహ్మమునుజూడనేరదుగాని  
పరబ్రహ్మముచైతన్యమగును; అనఁగాఁపరబ్రహ్మమేతానగును.

“పరా ప్రాణమయీ ప్రోక్తా కశ్యపీచ మనోమయీ  
మధ్యమా యుద్ధియాద్యాహుః వైఖరీవాగితిస్త్రుతాః”  
వాక్కులు నాలుగువిధములు:—

- (1) పరావాక్కు=సంకల్పముపుట్టుట.
- (2) మధ్యంతివాక్కు=సంకల్పమును వెలువరించుట.
- (3) మధ్యమవాక్కు=దంతతాల్వోష్ఠ వ్యాపారము  
లతోఁ గూడినది.

(4) వైఖరీవాక్కు=బిగ్గటగా మాటలాడుట.

ఈవాక్కులు దిగువనుండి యొకటొకటి యడఁగిపోగా  
జవజకు నిలిచెను. పరావాక్కుకూడ లేనప్పుడు బ్రహ్మానందము  
కలుగును. అట్టిస్థితియే మకాసము. మితభాషిగా నుండుట.  
మాటలాడినచోఁ జెప్పినమాటలను జ్ఞప్తినుంచక, యేసొక  
ల్పమును లేక, నిస్సంకల్పుడై యుండుట.

5. దేశము:—ఏప్రదేశమునందు మనసును నిలిపిన నింజ్ఞాయసంబం  
ధములగు వికారములు లేనిదియు, సుఖదుఃఖములు జనన  
మరణములు శాస్త్రయములు మొదలుగాఁగలవి లేనిది  
యు, సర్వకాలసర్వాత్మస్థలయందును సత్యమై నిర్మలమై  
శోభ్యమై సచ్చిదానందస్వరూపమగునదియును బెద్దలచేతఁ  
దెలియఁదగినదియు నవాఙ్మనసగోచరంబునగు పరబ్రహ్మము  
యెనియునో, యట్టిప్రదేశమే యేకాంతస్థలము. ఈసంగతిని  
బెద్దలవలనఁ దెలియఁజాలక బహుజను లేకాందేశమనర్జ  
నప్రదేశమనియు వట్టడవియనియుఁ దలంచి యడవులకీగి  
తపస్సుచేయుదురు. గుహలకేగెదరు. అట్లుపొరఁబడ్డక యేకాం  
తప్రదేశమును బక్కఁగఁ దెలిసికొనవలెను. అదియేయాత్మ

గుహ యని చెప్పుదురు. అదియె యింద్రయోని. అట్టియోనియందు రమించిన నిరంతరసుఖముకలుగును. అట్లుచేయక యడవికిఁబోయినను, లేక గుహలలోఁ గూర్చుండినను మన సుమాత్రము నిలువక విషయములకుఁ బోవుచుండును. మనసు నిస్సంకల్పమయినయెడ. సజస్రలతోడను, గుహలతోడను బ్రయోజనములేదు.

[చూడుము—చక్రవిషయము;—సహస్రార్ము].

6. కాలము—ప్రపంచవ్యవహారమందు వలె గాలనియమము లేక యఖండముగాఁ బ్రకాశించు పరబ్రహ్మమే కాలము. యోగి యట్టికాలస్వరూపము తానై ప్రళయకాలములకును లోఁబడక యేకరీతిగాఁ బ్రకాశించును.

7. ఆసనము—

(1) సుఖాసనము—పరబ్రహ్మస్వరూపము తానై యున్నప్పుడిది ద్రియములకు వ్యాపారము లేదు. నిద్రయలజడిమొదలగునవియును లేవు. కావున నాపరబ్రహ్మస్వరూపము తానైయుండుట.

(2) సిద్ధాసనము—అస్త్రీ, బాల్యతే, వర్ధతే, పరిణమతే, అపక్షీయతే; వినశ్యతే, అనుషడ్వికారములును లేనిపరబ్రహ్మము నపరోక్షజ్ఞానదృష్టిచేతఁ జూచి దానియొ దైక్యమైనతోడనే యణిమాద్యృష్టసిద్ధులును గలవాఁడగుట.

8. మూలబంధము—అన్ని బంధములకును మూలమైనది పరిపూర్ణావలోకనమైనమాత్రముననే సమస్తమునకును గారణమైన యీబంధము వీడును.

9. దేహాసామ్యము—సముద్రమునందు సమస్తములు, మునుగు కాల్యలు, మొదలగునవి యన్నియు గలసి యభేదముగ

- నున్నట్లు బ్రహ్మనందమనెడు సచలసముద్రమునందు నింది  
యములు, వానివిషయములు, నరిషడ్వర్గమును మొదలుగా  
గలవన్నియుఁ జేరి, వానిరూపములంబాసి పరిపూర్ణమందై  
కృమగుచున్నవి. అప్పుడు స్థూలనూత్నకారణ మహా కారణ  
ములనెడుశరీర భేదములు లేక రూపనామకీయారహితమైన  
పరబ్రహ్మస్వరూపమనెడు పరిపూర్ణ మంతటనునిండియుండును
10. దృక్పీతి—లక్ష్యములలో శ్రేష్ఠమగు శాంభవీలక్ష్యముచేతఁ  
పరబ్రహ్మమందే తదేకస్వరూపగా దృష్టిని నిలుపుట.

(1) బాహ్యలక్ష్యము= శోత్రత్వక్షు డ్విహ్వఘాత  
ములనెడు జ్ఞానేంద్రియములయొక్కయు, వా  
క్పాణిపాదపాయూపస్థలనెడు కర్తేంద్రియముల  
యొక్కయు, విషయములగు శబ్దస్పర్శరూపరస  
గంధవచసదానగమన విసేర్జనానందిములయందు  
లక్ష్యమును నిలుపుట.

(2) అంతర్లక్ష్యము=మనో బుద్ధి చిత్తాహంకారముల  
యొక్కవృత్తులగు సంకల్ప నిశ్చయ చంచలకర్త  
వ్యములయందు లక్ష్యము నిలుపుట.

(3) మధ్యలక్ష్యము=అంతరబాహ్యమధ్యలక్ష్యము=బా  
హ్యేంద్రియవిషయములు అంతరింద్రియ విషయ  
ములయందు లక్ష్యమును నిలుపుట.

(4) షడ్గుణ=శోత్రత్వక్షు డ్విహ్వఘాతములనెడు జ్ఞా  
నేంద్రియములు మనస్సులయందు లక్ష్యమును  
నిలుపుట.

(5) శాంభవి=పైనాలుగులక్ష్యములను సమష్టిగాఁ జేర్చి  
యంతర బాహ్యములయందుఁ బ్రకాశించు పర

బ్రహ్మస్వరూపమునందు లక్ష్యమునీలుపుట. ఇది  
యన్నిలక్ష్యములలో శ్రేష్ఠము.

11. ప్రాణాయామము:--శ్లోత్రిత్వక్చ త్సుర్జిహ్వఘ్రాణము లనెడు  
జ్ఞానేంద్రియములును వానివృత్తులగు శబ్దస్పర్శరూపరసగం  
ధంబులును, వాక్పాణిపాదపాయూపస్థలనెడు కర్తృద్రేడియంబు  
లును వానివృత్తులగు వచనదానగమన విసర్జనానందములును  
నునోబ్బుద్ధి చిత్తాహంకారంబులనెడు సంతఃకరణ చతుష్టయం  
బును, వానివృత్తులగు సంకల్పనిశ్చయచంచల కర్తృత్వము  
లును బ్రాణాపానవ్యానోదానసమాసంబులనెడు పంచప్రా  
ణంబులును, నాగకూర్మకృకురదేవదత్తధనుంజయు లనెడు  
నుపవాయువులును బరబ్రహ్మస్వరూపమనియు ఆపరబ్రహ్మ  
స్వరూపమే తాననియుఁ దలంచుట. అట్లు తలచునేని పైనఁ  
జెప్పినవృత్తులన్నియు నశించును. “యద్వ్యత్యతన్నశ్యమ్”  
అనునట్లు కనుపడు పదార్థజాలమంతయు నశ్య మగునని  
యెంచి విటునియందు విటకత్తెకువలె మనస్సును బరబ్రహ్మ  
స్వరూపమందైక్యము చేయుట.

12. ప్రత్యాహారము:--సద్గుణములను దుష్గుణములను బరబ్రహ్మ  
స్వరూపముగాఁ దలంచుట.

13. ధారణము:--మనస్సు దేనిని సంకల్పించునో, దేనిని జూచు  
నో, యాతలఁచినది, చూచినది యంతయుఁ బరబ్రహ్మస్వ  
రూపమని హృదయమందు నిశ్చయముగ నీలుపుట.

శ్లో॥“ యద్యత్ప్రశ్యతి చక్షుర్భ్యాం తత్తదాత్మేతిభావయేత్  
యద్యత్స్పృశతి హస్తాభ్యాం తత్తదాత్మేతిభావయేత్  
యద్యచ్ఛృణోతి కర్ణాభ్యాం తత్తదాత్మేతిభావయేత్  
కల్యాణము.

కన్నులచేతఁ జూడఁబడునది చేతులచేత, దాకఁబడునది  
చెవులచేత వినఁబడునది యాత్మస్వరూపమని భావింపవ  
లెను. నాసికచేత వాసనచూడఁబడునది నాలుకచేతకుచి  
చూడఁబడునది ఆత్మయని భావించవలెను. యిందువలన  
అశిమ మహిమ లఘిమ గరిమ ప్రాప్తి ప్రాకామ్యము  
వశిత్వము యీశత్వములను అష్టసిద్ధులు లభించును.

Note — ప్రపంచమందు యోగి పిచ్చివానివలెను చెవిటి  
వానివలెను మూగవానివలెను తెలివిలేని  
వానివలెను యుండును. ఆతండ్రి సిద్ధయోగి  
యని తెలియునది.

14. ధ్యానము:—స్థూలసూక్ష్మకారణశరీరములు, శోత్రోత్పత్త్యక్షు  
ర్జిహ్వఘ్రాణములనెడు జ్ఞానేంద్రియములు వాక్పాణిపాదపా  
యాపస్థలనెడు కర్మేంద్రియములు, మనోబుద్ధిచిత్తాహం  
కారములనెడు సంతరింద్రియములు ననుసీపదునాలు గింద్రి  
యవిషయములు, ప్రాణాపానవ్యానోదానసమానములనెడు  
పంచప్రాణములు, వాగకూర్మ కృకురదేవదత్తధనుంజయు  
లనెడు నుపవాయువులు, మొదలగు దృశ్యములు నేనుగాను,  
వీనిని దెలిసికొనెడుదృక్స్వరూపుడను, సాక్షిని, అనియెం  
చి, పట్టు తప్పకయుండుట.

15. సమాధి—సర్వకాలములయందు ననఁగా భూతభవిష్యద్వర్త  
మానకాలములయందు లేక అహోరాత్రులయందును;  
సర్వావస్థలయందు ననఁగా జాగ్రత్స్వప్న సుషుప్తి తురీ  
యములనెడునాలుగవస్థలయందును సమస్తము బ్రహ్మస్వ  
రూపమేయని యెల్లప్పుడు దర్శించెనేని సమస్తవిక్రారములు  
ను రహితమగుసహజనిర్వికల్పనిష్ఠ యగును.

## చక్ర విషయము.

పర్యక్షముగ కనుబడి యీస్థూలదేహమందు మూలాధారము నుండిక పాలకుహరమువలకు వీణాదండమువలె నొక వెన్నెముక యుండును.

“దేహస్వపశ్చిమే భాగే వీణాదండ స్వరూపభృత్  
దీర్ఘాసి మూర్ధపర్యంతం బ్రహ్మదండీతి కథ్యతే”  
ఉత్తరగీతి.

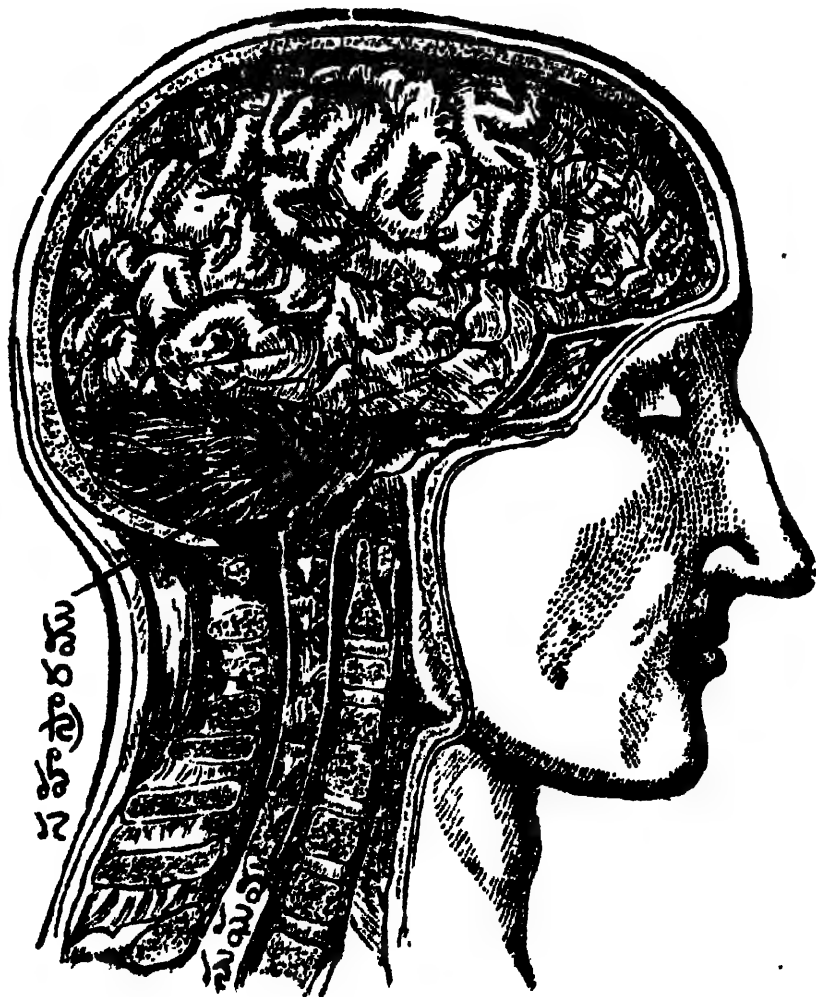
శరీరముయొక్క వెనుకభాగమున వీణాదండమువలె శిరస్సు పర్యంతమును వెన్నెముక యున్నది. దాని బ్రహ్మదండియని చెప్పుదురు.

“తస్యాంతే సుషిరం సూక్ష్మం బ్రహ్మనాడితి సూరిభిః  
ఇడాపింగళయోర్మధ్యే సుషుమ్నా సూక్ష్మరూపిణీ”  
ఉత్తరగీతి.


వెన్నెముక మధ్యను గొట్టమువలె సూక్ష్మరూపముగ నుండు రంధ్రమును బ్రహ్మనాడి యందురు. అనాడి ఇడాపింగళనాడులకు మధ్యనుండినదై సుషుమ్న యనుపేరఁ బరగుచున్నది ఈసుషుమ్నయే బ్రహ్మజ్యేష్ఠప్రతిపాదకమైనది గనుక బ్రహ్మనాడి యని చెప్పబడును. ఈసుషుమ్న కంఠర్గతముగా కుండలినీశక్తిగలదు.

ఈవీణాదండమునకు వీణకు మెట్లువలెనే యొకటిమీఁద నొకటిగా ముప్పదిమూడు పూసలుండును. అందు మొదటియేడిటినే మెడపూస అనియు కడమ యిరువదియొకటిని వెన్నుపూస అనియుఁ జెప్పుదురు. యీ వెన్నెముక కే బ్రహ్మదండి మేరువు ననుపేరులు, ఈపూసలనడువు

నాశముండును. అదియే సుషుమ్నానాళము. ఈనాళముగుండ సుషుమ్న అథోముఖముగ మూలాధారమునకువచ్చి మనస్సును విషయములకు పోవునట్లుచేసి తానుతిరుగా యూర్ధ్వముఖముగా వ్యాపించుచు వెన్నుపూసలను మెడపూసలను దాటి పెద్దనాళముతోఁ గలియును. ఈపెద్దనాళమునకే బ్రహ్మరంధ్రమని పేరు. ఈసుషుమ్న సర్పాకారముగా నున్నందున వెన్నుపామని చెప్పుదురు. ఈసుషుమ్న కడుకోమలమైనదియు బహుమృదువైనదియును గావున నేయపాయమును గలుగకుండ శిరస్సునందలి కపాలకుహర మనెడిదట్టమయిన యెముకలపై ట్టలో నిమచ్చబడి యశిజాగ్రతతోఁ గాపాడవలసివచ్చెను. ఈసుషుమ్న యుండెడుస్థానము బ్రహ్మరంధ్రము. ఇదియే పాణాధారము.






 వేన్నెముకయందుం డెడిముప్పదిమూడుపూసల నేముప్పదిముగ్గురు దేవతావరులనియు శరీరమందలిముప్పదిమూడుకోట్లరోమంబులే ముప్పదిమూడుకోట్ల దేవతలనియు జెప్పుచున్నారు. ఇందుఁజు; బ్రహ్మ, అష్టవసువులు 8 ఏకాదశరుద్రులు 11 ద్వాదశాదిత్యులు 12 మొత్తమున ముప్పదిముగ్గురు దేవతావరు లనియు తెలియునది.

శరీరమున నుడుముఖ్యములైన నూఱునాడులలో నొక్కొకదానికి నూత్రేసి శాఖానాడులును అందొక్కొక్క-శాఖానాడికి 72000 సూక్ష్మ నాడులును గలవు.

నాడులనేకముగాఁగలవు అందుముఖ్యములగుపడింటినివివరించెద —


1. సుషుమ్న — అతికోమలమును సుకుమారమునై, యిడఁపింగళి లనునాడులతో మూలాధారమునుండి యూర్ధ్వముఖము గాఁ బోయి “కుండలీశక్తి” యను పేరితోఁ గపాలకుహర మునఁ బ్రవేశించియచటనుండి నాలుకకొనకుఁ జేరి “సరస్వతి” యను పేరిటఁ బ్రసిద్ధమగుచున్నది. ఈసుషుమ్న మూలాధారమునుండి సహస్రారముదనుక వ్యాపించుచుపశ్చిమాభిముఖమై భూమధ్యమందు నిడఁపింగళానాడులతోఁ గలిసి యుండును. ఆస్థానమే “త్రివేణీసంగమము” “త్రికూటము” “అక్షాచక్రము” ననిచెప్పబడును. సుషుమ్న తెల్లనిరంగు గలది గాన “శుక్లనాడి” యని, పరబ్రహ్మమును గుఱించిన జ్ఞానమునకు సాధకముగావున “బ్రహ్మనాడి” యనియును జెప్పబడును.

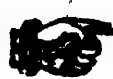
 , త్తరదేశమునందు కాశీమహాక్షేత్రమునకు సమీపము నప్రయాగః (Allahabad) లో సరస్వతిగుప్తగామినిగానున్నది. అటులనే సుషుమ్నయును గుప్తగామిని యని తలంచునది.


2. ఇశ్ర—విడమముక్కునందుండి వాసనలను గ్రహించును. ఇదియే చంద్రనాడి. ఈనాడి ముక్కునుండి కపాలముదనుక పోవును గనుక వాసనలను గ్రహింపజేయును. (*Olfactory nerve*)
3. పింగళ—కుడిముక్కునందుండి వాసనలను గ్రహించును. ఇదియే సూర్యనాడి. ఈనాడియు ముక్కునుండి కపాలముదనుక పోవును గనుక నిదియు వాసనలను గ్రహింపజేయును. (*Olfactory nerve*) ఈయిడాపింగళ నాడులు సుషుమ్నతోఁ గూడనాధార చక్రమునుండి యూర్ధ్వముఖముగాఁ బోయి భూమధ్యమందుఁ జేరి “గంగా” “యమునా” యను పేరులు గలవియగును. వీనివలననే ప్రాణవాయువునకు సంచారము కలుగును గంగాయమునాసరస్వతులు కలియుష్ఠానము గనుక భూమధ్యమనకుఁ ద్రివేణీసంగమ మనుపేరు కలిగెను.
4. పూషాలము. } అను నాడులు రెండును చెవులలోపలినుండి
5. అలంపూష. } కపాలమువలకును పోవును గనుక నివిశబ్దములను గ్రహింపజేయును. ఈనాడులు లేనిచో శబ్దమునువినఁ జాలము. (*Auditory nerves*)
6. గాంధారి } అను నాడులు రెండును గన్నులలోపలి నుండి
7. హస్తజిహ్వ } కపాలమువలకును పోవును; గనుక రూపములను గ్రహింపజేయును. (*Optic nerves*.)
8. కుహూనాడి—గుదస్థానమున నుండి మలమును విడచు నట్లు చేయును.
9. సినివాలీనాడి—గుహ్యస్థానమందుండి మూత్రమును వదలు నట్లు చేయును.
10. రక్తాహ్వయనాడి—గుహ్యస్థానమందుండి శుక్ల శోణితములను వెడలఁగొట్టును. లింగ లేపనము కలుగజేయును.

చెవులు కన్నులు ముక్కు నాలుక.....వీనినుండి యేడునాడులు మేదస్సు (brain) నందు సుషుమ్నతోఁ గలియును. ఆస్థానమునే “బ్రహ్మరంధ్ర” మనియు “సప్తపథ” యనియుం జెప్పుదురు. అచ్చటనే సహస్రారముండును. శ్రోత్రచక్షుర్జిహ్వభ్రాణములనుండిపోవునాడులు కలియుస్థానము గనుక దీనినే “చతుష్పథ” మనియు “శృంగాటక” మనియుం జెప్పుదురు.

బ్రహ్మరంధ్రము.—భూపతనమైనతోడనే బిడ్డలకు నడినెత్తిన మృదువైనగుంట యొకటియుండును. ఆగుంటకు దిగువతట్టున నొక కమలముండును దీనికే సహస్రారకమల మని పేరు. శిశువు గర్భములో నున్నప్పుడు యీకమలము వికసించియుండును. ఆకారణముననే గర్భములోనిబిడ్డలకు నేడవమాసము మొదలుభూపతనమునఱకుజ్ఞానము మొదై, భూపతనమయిన తోడనేయజ్ఞాన మనెడిమాయ యావరించి, యీకమలము ముకుళించుకొని పోవును. గర్భములోనున్నప్పుడు శ్రోత్ర త్వక్చక్షుర్జిహ్వభ్రాణములయందు ఆత్మ విస్తరించలేదు కావునో ఆయంద్రియములయొక్క విషయములున్ను లేవు. బ్రహ్మరంధ్రమునుండియేజ్ఞానసేత్రముద్వారాశిశువు గర్భములోనుండియును సమస్తమును తెలిసికొనగలడు. నాభివద్ద నుంచివచ్చేడి తీగెగుండా తల్లిభుజించినపదార్థములయొక్క రసమును అనుభవించగలడు. బ్రహ్మరంధ్రముగుండా ఆత్మ స్థూలశరీరములో ప్రవేశించును. మొదట యేద్వారమున ప్రవేశించునో ఆద్వారముననే తిరుగ వెడలుటయే యుక్త మార్గ మని పెద్దలు తలంచెదరు.

 భూపతనమైనది మొదలు బిడ్డలకు మాడునజమురు పెట్టి పసుపు రామట యాచారమని సర్వత్ర తెలిసిన విషయమే. ఇట్లు దినదినమును జమురు రాయరాయ బిడ్డలకు నడినెత్తిన నుండెడి గుంటపూడి కనుపడకుండును. పండ్రెండు సంవత్సరములకు నెముకలన్నియు నతుకుకొని తల గట్టిపడును.

 సహస్రార కమలమునకే “బ్రహ్మరంధ్ర” మనియు, ఆకమలము మొక్క మధ్యనుండెడి నాళమునకే “సుషుమ్నా” నాళమని యుం బేరులు.

 బ్రహ్మరంధ్రము పదియవద్వారమని చెప్పెదను.  
“పుర మేకాదశద్వారమ్”

శ్లోపనిషత్.

కన్నులురెండు, చెవులురెండు, ముక్కురంధ్రములురెండు, నోరు, మలఘాత్రద్వారములురెండును, నాళిద్వారము, బ్రహ్మరంధ్రము— పదునెకండుద్వారములు.

“నవద్వారంతు ప్రత్యక్షం దశమం మనఉచ్యతే  
మనోద్వారే స్థితంగోప్యం గురువాక్యేన లభ్యతే  
గురుర్ముఖేన జ్ఞాతవ్యం నాన్యథా గ్రింధకోటిభిః ॥”

నవద్వారములు కనుబడుచున్నవి. దశమద్వారమగు మనోద్వారముగోప్యముగనున్నది. గ్రింధములుచదివి తే తెలియదు. గురువువలననే తెలియవలెను.

పదిద్వారములని చెప్పినప్పుడు నవద్వారములును బ్రహ్మరంధ్రమును గూడి లెక్క కువచ్చును.

మూలాధారంబునకు నెనిమిదంగుళములమీదనుండున్న నాళము ననుసరించి నాళచక్రమున్నది. ఆనాడీచక్రమునుండి కుహూనాడి నీనీ వారీనాడిరక్తాహ్వయనాడి యనుమూడునాడులునధోముఖిన్వ్యాపనము


గలవై యుండును. ఆనాడీచక్రమునుండి యనేకనాడు లూర్ధ్వముఖ వ్యాపనముగలవైయుండును. నాడులకుఁ గూడలిస్థానమై వానిలోఁ గొన్నిటి సభోముఖముగను గొన్నిటి సూర్ధ్వముఖముగను వ్యాపింపఁజేయు మధ్యమస్థానము గనుక నాడీచక్రమని చెప్పబడును. తొమ్మైముకకును వీణాదండమునకును మధ్యను ఆభోముఖముగా వేలాడుమాంసపిండమునే హృదయమని చెప్పుదురు. ఇదియె హృత్పూర్వకము. ఇందు జీవాత్మయుండును. మేదస్సునుండియే సుషుమ్నా నాళద్వారమున నిక్కడికి నాడులు వచ్చును. మఱియు యీసుషుమ్న మూలాధారము నుండి తిరిగి వెల్లునప్పుడు తనతోడ నుండెడు ఇడ పింగళ యక్షునిరుచేడియల నిరుప్రక్కల నిడికొని నూలునాడులతో ననాహతమునకువచ్చి యానూలునాడుల సక్కడ విడిచి యూర్ధ్వముఖవ్యాపియై శిరస్సునకుఁ బోవును. మఱియుఁ బసిబిడ్డలు గర్భములోనున్న కాలమందుఁ దల్లి భుజించిన యన్నపానాదులరసమును దమనాభియందుండెడి తీగెగుండ గ్రహించి యందువలన వృద్ధిఁ బొందెదరు. భూపతన మయినతోడతోడన నాతీగెను గోయుదురు. గర్భమందున్న కాలములో వాగిం ద్రియవ్యాపారములేదు. నోటితోఁ దినుటయునులేదు. ఈతీగెయె రసగ్రహణమున కాధారము. ఈనాభినాళమును నవద్వారములకంటె మించిన యొక ద్వారమని చెప్పుదురు.

శ్రీవణ మనన నిధిధ్యాసలును, శమ దమ ఉపరతి తిత్తిక్ష శ్రద్ధ సమాధానములను పద్మణసంపత్తియును, సర్వభూతదయాభుత్వమును, యమనియమంబులును, గలిగినచో సహస్రారకమలము వికసించితోడోడన విజ్ఞానము కలుగును. అందువలన ముక్తియును గలుగును. ఇంద్రియ సుఖమే పరమార్థము కాదు. కనుక విషయములకు లోబడక విజ్ఞానమును సంపాదించవలయును.

వీణకు తంత్రెలవలె నీవీణాదండమునకు గుదస్థామునుండి కపాలము పాకు నొకటిమీఁద నొకటిగా మూలాధారముస్వాధిష్ఠానము మఱి

పూరకము అనాహతమువిశుద్ధము ఆత్మేయముసహస్రారముననెడు సత్త్వ చక్రంబులుగలవు. అందు మొదటియాఱును షట్కమలమునియెన్నఁ బడును. సుషుమ్నానాడి యీ యాఱుకమలములగుండ సంచరించును గనుక నీయాఱుకమలములకును సుషుమ్నానాళమందలినాడులతో సౌ బాధముగలదు. అనుభవమున నీవిషయము యోగులకుఁ జక్కఁగాఁ దెలియును.

Note—ఈమూలాధారాది కమలములు స్థూలశరీరమునందుమాత్రమే కలవు. సూక్ష్మశరీరము కారణశరీరముమహాకారణశరీరములందు కనుబడవు. మఱియు స్థూలశరీరమునందయినను కోసితే కనుబడవు. కుండలిసేశక్తిని నిదుర లేపి పెకలించి చూచితే అనుభవమునకు గోచర మగును. ఇందలి యేడుచక్రంబులకును యేడుగ్రహములకును సంబాధ మని తెలియునది.

 మూలాధారచక్రముయొక్క అగ్రకోణమందు ఆనఁగామధ్యను కుండలిసేశక్తియుండును. మూలాధారమునకు అధోకుండలియని యుభౌమధ్యమునకుఊర్ధ్వకుండలియనియుచెప్పుదురు. విషయ లోలులయియుండు జనులందఱికి మూలాధారమందు కుండలిసేశక్తియొక్కతలయుభౌమధ్యమందుతోకయునుండును. మనస్సు అధోముఖివ్యాప్తియైయుండును. విజ్ఞానముగలవారికి భౌమధ్య మందుకుండలిసేశక్తియొక్కతలయుమూలాధారమందు తోకయు నుండును. ఈకుండలిసేశక్తి సర్వాకారమని చెప్పుదురు.

## షట్కమలములు.

1. మూలాధారము.—స్థూలశరీరంబునందు గుడస్థానమునకంటె రెండంగుళంబులమీఁదను లింగస్థానమునకంటె రెండంగుళంబులుక్రిందను అగ్రకోణము అధోముఖముగాఁ గల

మూడుకోణంబులతో శరీరమునకు మధ్యను మూలాధార చక్రమున్నది. అందు నాలుగుదశములుగల కమలముండును. వ శ ష స అ నెడునాలుగును బీజములు. ఈ కమలమున కధిపతి యగు గణపతికి లజపాగాయత్రీమంత్రజపమున 600 హంసలు సమర్పింపఁబడును. ఇది పృథివికి స్థానము గాన దీనికిని ముక్కునకును సంబంధము. ఇది మలవిసర్జనకుఁ గారణము.  
(చూడుము—హంసవిషయము.)

2. స్వాధిష్ఠానము—మూత్రద్వారమందు ఆరుదశములు గల కమలముండును. బ భ మ య ర ల అ నెడునాలుగును బీజములు; ఈ కమలమున కధిపతియగు సరస్వతితోఁ గూడియుండు బ్రహ్మకు లజపాగాయత్రీమంత్రజపమున 6000 హంసలు సమర్పింపఁబడును. ఇది జలమునకు స్థానముగాన దీనికిని నాలుకకును సంబంధము. ఇది మూత్రవిసర్జనకును శుక్ల శోణితముల విసర్జనకును గారణము.
3. మఃశ్చారకము—నాభియందుఁ బదిదశములు గల కమలముండును. డ ణ త థ ద ధ న ప ఫ అ నెడుపదియును బీజములు. ఈ కమలమున కధిపతియగు లక్ష్మితోఁ గూడియుండు విష్ణునకు నజపాగాయత్రీ మంత్రజపమున 6000 హంసలు సమర్పింపఁబడును. ఇది అగ్నికి స్థానము గాన దీనికిని గన్నులకును సంబంధము. ఇందలియగ్ని భుజించిన సమస్తపదార్థములను జీర్ణముచేయును. ఇది యె చిత్తమునకు స్థానము.
4. అనాహతము—వక్షస్థలమందు అొమ్మైముకకును వీణాదండమునకును మధ్యనుండెడి హృత్పద్మము. ఇది పండ్రెండుదశములు గల కమలము. క ఖ గ ఘ ఙ చ ఛ జ ఝ ఞ ట త

అనెడు పండ్లెండును బీజములు. ఈకమలమున కధిపతి  
యగుపార్వతితోఁ గూడియుండురుద్రునికు అజపాగాయత్రీ  
మంత్రజపమున 6000 హంసలు సమర్పింపఁబడును. ఇది  
వాయువునకు స్థానము గాన దీనికిని త్వగిందియమునకును  
సంబంధము. ఇదియె పాణివాాయుసంచారమునకును అహం  
కారమునకును స్థానము.

“పద్మకోశప్రతీకాశం హృదయం చా ప్యధోముఖం  
అథో నిష్కావితస్త్యాంతు నాభ్యా ముపరి తిష్ఠతి  
హృదయం తద్విజానీయా ద్విశ్వస్యాయతనం మహత్”

తైత్తిరీయోపనిషత్.

కంఠమునకుఁ గ్రిందుగను బొడ్డునకు జానెడు  
మీఁదుగ నుండి యధోముఖముగా వేలాడు  
మాంసపిండమగు హృత్పద్మమందుఁ బరమాత్మ  
యున్నాఁడు.

“అనాహతస్య శబ్దస్య తస్య శబ్దస్య యో ధ్వనిః  
ధ్వనే రంతర్గతం జ్యోతి ర్జ్యోతి రంతర్గతం మనః  
తస్యనో విలయం యాతి తద్విష్ణోః పరమం పదం”॥

ఉత్తరగీత.

కొట్టబడికయే మ్రోగుచుండెడు అనాహతమందు  
శబ్దము పుట్టును. ధ్వని యుండుటవలన శబ్దము  
కలుగును. ధ్వనియందు వెలుగును, ఆవెలుగు  
నందు మనస్సు నున్నవి. మనోలీన మైనచో  
ముక్తికలుగును. దీనినే యమనస్కు మనియుఁ  
జెప్పుదురు.



మనసును స్వాధీనముచేసికొనుటకుమున్నందుగాననాహతమందు దృష్టిని నిలిపినచో శబ్ద మంతయు నణగిప్రణవనాద మనుధ్వని వినబడును. అట్టులభ్యాసము చేయుండేయను బ్రణవనాదము తగ్గి స్వప్రకాశము కనబడును. దీనినే ఆత్మజ్యోతి యని చెప్పుదురు. పిమ్మట హిరణ్మయకోశ మగు మనస్సుయొక్క నిజమగుస్వరూపము తెలియును. అప్పటికిని సాత్వికాహంకార ముండును. మనస్సు పరబ్రహ్మమును జూడ లేకపోయినను బరబ్రహ్మమం దైక్య మగును. ఈచక్రమందుఁ గొట్టబడకయే దశవిధప్రణవనాదములు మోగించుచుండును గనుక యీచక్రము అనాహతచక్రమని చెప్పబడుచున్నది. ఈనాదానుభవము యోగాభ్యాసముగలవారి కే తెలియును. నాద మనఁగా మూలాధారమునుండి హృదయమునఁబుట్టిన సంగీతధ్వని. కుండలీయోగముచేత నాదబ్రహ్మమును లేపియానందమును జెందవలయును.

- 5 విశుద్ధము: — కంఠస్థానమందుఁ బదియాఱుదశములు గల కమలముండును. “అ ఆ ఇ ఈ ఉ ఊ ఋ ౠ ఌ ఒ” అనెడి పదునాఱును బీజములు. ఈకమలమున కధిపతియగు నీశ్వరునకునది పరిమితమైన జపమున 1000 హంసలుసమర్పింపఁబడును. ఇది యాకాశ హంశము గానఁ జెవులతో సంబంధము గలిగి యుండును. ఇదియే మనస్సునకు స్థానము. సమస్తభూతములయందుండెడి యాత్మస్వరూపమే కృష్ణుఁ డనియు నాకృష్ణుఁడు సహస్రారమందుండు ననియు విశుద్ధచక్రంబునందలి పదియాఱు దశంబులను వీక్షించుచుండు ననియు నీపదియాఱుదశంబులే

పదియాఱువేలగోపిక లనియు నీవీక్షణవలననే కృష్ణుడు  
గోపికలతోఁబాంచె ననియు నాకృష్ణుఁ డస్థలితబ్రహ్మచారి  
యనియునతోపవాసి యనియుఁ జెప్పుదురు.

“దంతములు జహ్వా కుత్తుక తాలుతలము

కంతనాశంబు హృదయం బగణ్యచరిత

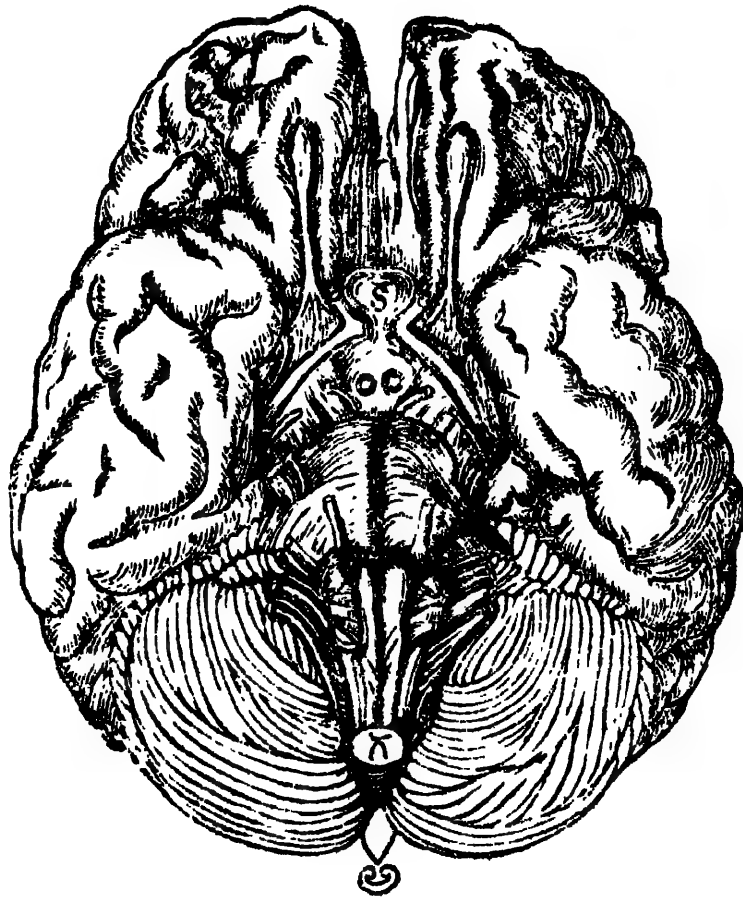
మఱలి లోఁబడి యెచటకి మనసు మెలఁగె

డాఁగె దప్పక యచటను నాగవలయు.”

ఇందలియర్థమును బెద్దలవలనఁ జెలిసికొని యాసుఖము నను  
భవింపవలయును.

6. ఆజ్ఞాచక్రము—భూమధ్యమందు రెండుదశపములు గల  
కమల ముండును . హా ఊ యనునవి బీజములు. ఈకమల  
మున కథిపతి యగు సదాశివనకు నజపాగాయత్రీమంత్రప  
మున 1000 హంసలు సమర్పింపఁబడును. ఇది బుక్తిస్థానము  
మనస్సునకు గంతము స్థానమైనను సకలేంద్రియవ్యాపార  
ములు చేయుటయందు ఆజ్ఞాచక్రమునకు వచ్చును గనుక  
మనసునకు విషయము లగుసంకల్పవికల్పములే యీచక్ర  
మునకు రెండుదశములని చెప్పఁబడును. మొదఁమొదఁచక్ర  
ములయందు హరియోగులు క్రమక్రమముగ మనసు నిలిపి  
వాయునిరోధము చేసి ఆభ్యసించెదరు . రాజయోగులు ఆ  
జ్ఞానహస్తారచక్రములయందే ఆభ్యాసము చేసెదరు . ఇదియే  
ముక్తికాంతకు స్థానము. ఇచ్చటముక్తికాంత లేక జ్ఞానకాం  
తతో సంయోగమే జీవన్ముక్తి. ఇదియే జీవేశ్వరైక్యము  
దీనినే త్రినేత్ర మనియుఁజెప్పుదురు.

సహస్రారకమలము.




ఈసహస్రారకమలమందూడెడి యక్షరములలో,

క.—ఇది మనస్సును సహస్రారచక్రమందు నిలుపవలసిన స్థానము. ముచ్చందగా మనస్సును విషయములనుండి మఱినిది ఆభ్యాసమందు ఆజ్ఞాచక్రముననిలిపి పిమ్మట సహస్రార చక్రమందలి యీస్థానమందు నిలుపుట కభ్యాసముచేయఁగ వృత్తిహితమగును. ఆరూఢియందు విదేహము క్రికలుగును.

గ.—ఇదిసహస్రారకమలముయొక్క యగ్రముననుండెడి క్షేరముల మధ్యను దుద్దుహంస యీమధ్యపెనుండిన స్వప్నావస్థయగును.

అ.—ఇది హంస పద్మనాళమున దిగుటకుమార్గము. యీనాళమున దిగిన సుషుప్త్యవస్థ యగును.

 ఈపద్ధమును విడుచుటయే తురీయము. అదియేసన్యాసము.

సహస్రారము — ఈ కమల మాజ్ఞాచక్రమునకు మీఁదుగఁ గపాల కుహరమందును. ఈ కమలమున యెనిమిది దళములు గలవు. ఒక్కొక్క దళమునందు 125 తేకులు. అట్లు కమలమునకు 1000 తేకులు కలిగియుండును. ఈచక్రాధిపతి యగుపరమాత్మకు అజసాగ్నాయత్రీ మంత్రజపమున 1000 హంసలు సమర్పింపఁబడును. ఎనిమిదిదళములు గలిగియుండుటచేత నష్టదశ పద్ధమనియు 1000 తేకులు కలిగియుండుటచేత సహస్రార మనియు జెప్పఁబడును.

Note. — ఈయెనిమిది దళములందు యెనిమిది వృత్తులు కలవు. ఆవృత్తులనుబట్టియే యెనిమిది దళములని చెప్పఁబడును.

“జహ్న్వాగ్రే పూర్వదిగ్భాగే త్రికోణాకారమాదరే  
సహితీ మమృతం పశ్యే నేత్రాభ్యాం సుసమాహితః”

బృహలోపనిషత్.

“త్రిపుటీనిరసన మగుతతి  
సుపజిహ్వాకు నూటి నుండి యుదయింపుచుఁ దాఁ  
దపనుని పగిదిని బరగెడు

నిపుణునిఁ గనుగొన్నవాఁడు నిత్యుఁడు రామా”

ఈ మొదలగుప్రమాణంబు లనేకంబులుగలవు. అనుభవజ్ఞులయొద్ద నీవిషయములను జక్కఁగ దెలిసికొని యోగానందము లేక బ్రహ్మానందమనెడి యమృతమునుగ్రోలి నిత్యసుఖము ననుభవింపవలయును.

“అస్తరేణ తాలుకే యపిషస్తన ఇవావలమ్బితే సేన్ద్రయోనిః  
యత్రాసా కేశాన్తో వివర్తతే వ్యపో హ్యాశీర్షకపాలే.”

తైత్తిరీయోపనిషత్.

చాడలమధ్యను స్తనమువలెనే వ్రేలాడు మాంసఖండముండును. అది కపాలకుహరమును జీల్చుకొని వెలుపలికివచ్చి

వేరుగాఁ గనుపడుచున్నది. ఇదియే బ్రహ్మస్వరూపప్రాప్తికి  
మార్గము. దీనినే కొండనాలుకయని చెప్పుదురు.

పరమాత్మస్థానములు — పరమాత్మ

సూలశరీరమందుఁజూమ్మముకకునునీణాదండమునకునుమధ్య

ను వేలాడు మాంసఖండమందుండుననియు,

(చూడుము — అనాహతచక్రము.)

సూక్ష్మశరీరమందు నేత్రస్థానమందుండుననియు,

(చూడుము — అక్షివిషయము.)

కారణశరీరమందు చాడలమధ్యను వేలాడుమాంసఖండ

మందుండుననియు,

మహాకారణ శరీరమందు కపాలకుహరమందలి సహస్రార

చక్రమందుండుననియు,

శరీరరహితమందు సర్వవ్యాపకమై యంతర్బాహ్యములయం

దు సర్వత్ర నిండి నిబిడికృతమైయుండుననియుఁ

బెద్దల యభిప్రాయము.

[తాలుపులమధ్యను వేలాడుచుండెడి మృదువగుమాంస

ఖండమునుండియే మోగానుభవము గలవారలకు సుధ

(అమృతము) స్రవించుచుండును. ఆసుఖాపానమందలినిరంతర

సుఖము వారికి తెలియవలెను. గాన యిదిపరమాత్మస్థాన

ముగా నెంచబడినది. గ్రంథవిస్తరభీతిచేనింతట విరమించితి.]

ఆజ్ఞాచక్రమునకు మీఁదపండ్రొండంగుళముల దూరమున సహస్రార

చక్రముండుటచేత నిది ద్వాదశాంతమని చెప్పబడును. ఆజ్ఞాచక్రము

నకుఁ బైన నెక యంగుళమువరకు శక్తియని దానిపైన మూడంగు

ళములవఱకు వ్యాపిని యని అవల నాలుగంగుళములదాక సమనయని

ఆమీఁదనాలుగంగుళములవఱకు నున్ననియనియుసుషుమ్నకుఁ బేరులు.

ఈయన్ దశపద్మమందు

హంస తూర్పు దశముమీద వాలినఁ బుణ్యమతియై పుణ్యకర్మలను  
జేయతలంపును,

ఆగ్నేయ దశముమీద వాలిన నిద్రాస్యములు సోమరి  
తనమును,

దక్షిణపు దశముమీద వాలినఁ గూరపుబతులు చేయు  
తలంపును,

నైఋతి దశముమీద వాలిన బాపకర్మములను జేయు  
తలంపును,

పశ్చిమదశముమీద వాలిన నాటపాటలయందుండలంపును,  
వాయవ్య దశముమీద వాలిన గురువులయొక్క బోవల  
యు ననుకోరికయును గమనాగమనంబులు చేయు  
తలంపును

ఉత్తరపు దశముమీద వాలిన సంభోగములయొద్దిచ్చయు  
ను వివిధ పదార్థములననుభవించవలెనను తలంపును,  
ఈశాన్యదశముమీద వాలిన నన్నదానము ద్రవ్యదానము  
భూదానము మొదలుగాఁగల దానములు చేయవల  
యు ననుతలంపును,

కమలమధ్య నుండుండినవైరాగ్యము పరమోక్షశాంతి శమ  
దమోపరతితీక్షణశ్రద్ధానమాధానములు మొదలు  
గు సత్వగుణములును,

కమలముయొక్క యగ్రమున ననఁగాఁ గేసరములయందుం  
డిన జాగ్రదవస్థయును,

ఆ కేసరములమధ్య దుద్దుపైనుండిన స్వప్నవస్థయును,  
పద్మనాశమున దిగిన సుషుప్త్యవస్థయును గలుగును.

ఈపద్మమునువిడుచుటయేతురీయము. అదియేసన్యాసము. అట్లుగాన  
మనస్సు సూర్యముఖవ్యాపనముచేసి మెల్లనమూలాధారంబుదాటుట  
వలనఁబృథ్వితత్త్వంబు జయంబగును. పిమ్మటస్వాధిష్ఠానకమలంబునకెక్కి  
గముకనివిషముండి యంతనదియు నతిక్రమించుటవలన జలతత్త్వంబు  
జయంబగును. అంతరము మణిపూరకకమలంబునఁ బ్రవేశించి యందుం  
డెడిసమానవాయువును గూడియాకమలముదాటుటవలన దేజోతత్త్వంబు  
జయంబగును. అంతననాహత కమలంబుఁజేరి యందలి పాణివాయువును  
గలిసి యాకమలమును దాటుటవలన వాయుతత్త్వంబుజయంబగును.  
పిశుద్ధకమలంబుఁజేరియందలి యుదానవాయువునుగలిసియాకమలమును  
దాటుటవలన నాకాశతత్త్వమ్ముజయంబగును. ఆపిమ్మట నాజ్ఞాచక్రిం  
బుఁజేరి యందుస్థిరముగానిలిచిమిట్టమధ్యాహ్న మందలి సూర్యునివలెనే  
నివాతస్థానంబు (గాలిలేనిచోటు) నందుండెడి దీపంబుంబోలియుండి య  
దియునతిక్రమించుటవలన మనస్తత్త్వంబు జయంబగును. అందుండిమెల్లనఁ  
బుద్రమండలంబు దాటుటవలన సహస్రార కమలవాసుండును గురు  
స్వరూపుండుండును. నాచబిందుకళల నతిక్రమించి సహస్రార కమల  
మందుజేరి సుఖాసీనుడై యశిమాద్యష్ట సిద్ధులును దూరశ్రవణ ఆ  
కాశగమనమాల సిద్ధియునుగలిగి నిగ్రహానుగ్రహ సామర్థ్యము గలిగి  
అకాలజ్ఞానియై సమస్తలోకములయందలి సమస్తవ్యాపారములను  
గుఱతలామలకముగాఁగనుగొనుచు సర్వజ్ఞుడైయుండును. ఇదిసమస్త  
యోగములకు రాజ్యగా(శ్రేష్ఠమైనదిగా)నుండును గనుక రాజయోగమని  
చెప్పబడును. అట్టిరాజయోగ మభ్యసించి కృతార్థులుగావలయును.

“సుఖమ్న నాడికామధ్యే విద్యుల్లేఖేవ భాస్వరిమ్”

సుఖమ్నా నాడిమధ్యమందు మోహపుడీగెయున్నది. ఈమో  
హపుడీగెయందలికాంతి కేకళయనియు నాకళలోనిష్కళయే  
పరబ్రహ్మస్వరూపమనియు చెప్పుదురు.

సంచాక్షరియందలి

న కారమే పృథివీతత్వమనియు నాధారచక్రమనియు,  
మ కారమే యాపోతత్వమనియు స్వాధిష్ఠానచక్రమనియు,  
శ్చి కారమే యగ్నితత్వమనియు మణిపూరకచక్రమనియు,  
వా కారమే వాయుతత్వమనియు సనాహతచక్రమనియు,  
య కారమే యాకాశతత్వమనియు విశుద్ధచక్రమనియు,  
ఓం కారమే యాజ్ఞాచక్రమనియు,

అన్నిటిసంపుటికరణమే సహస్రారమనియుఁ జెప్పబడును.

## అష్టసిద్ధులు.

1. అణిమ—అన్నిజంతువులకంటె స్వల్పజంతువువలె కనుపడుట తన  
యాకారమునకంటె కొద్దియాకారముగల జీవమువలె నేయ  
గుట కఠినమగురాతిలో నయిననుప్రవేశించుట,
2. మహిమ—బ్రహ్మవిష్ణుమహేశ్వరులను తిమ్మూర్తులకంటె బెద్దవాఁ  
డుగాఁగనుపడుట. అన్నిటికంటెను ఆధిక్యతగా నుండుట.
3. లఘిమ—దూదికంటెను దేలికయైయుండుట. ఏమాత్రమును బరువు  
లేకుండుట. ఆకాశగమనము కలిగియుండుట.
4. గరిమ—బరువుగలసమస్తజీవములకంటెను సమస్తపదార్థములకంటె  
ఁచుబరువైయుండుట. ఇనుముకంటెను విశేషబరువుగా  
నుండుట.
4. ప్రాప్తి—కోరినదానినెల్లఁ గలుగఁజేసికొనుట. తన కేయాకారము  
గావలెననిన నాయాకారమును బొందుట. కోరినచోటికెల్ల  
క్షణమాత్రములోఁబోవుట. కోరినవస్తువునుగాని జీవమును  
గాని తనయొద్దికిఁ దెప్పించుకొనుట.



6. పాకామ్యము—అకాశగమనము గలిగియుండుట. తనశరమును వదిలి త్రిలోకసుందరమగు యవ్వసరూపమును దామగోరి నంతకాలము బొందియుండుట.
7. వశిత్వము — సమస్తజంతువులను దుష్టమృగములను పెద్దపులి చిరుతపులి, సింహము మదగజము మొదలుగాఁగల యడవి జంతువులను మొసలి చేప తాఁబేలు మొదలుగాఁగల నీటి జంతువులను సర్పములు మొదలుగాఁగలవానిని మచ్చికచేసి వశపఱచుకొనుట.
8. ఈశత్వము— కామకోధలోభమోహమదమాత్సర్యము లనెడు నరిషడ్వర్గము జయించియాధ్యాత్మికాధిభౌతికాధి దైవికము లనెడు తాపత్రయములు లేనివాఁడై జితేంద్రియుఁడై యప రోక్షసాక్షాత్కార స్వానుభవము గలిగియుండుట. భూత భవిష్యద్వర్తమానవిషయములను సర్వమునుగ్రహించి యీ శ్వరునివలెనే సృష్టిస్థితిలయములకుఁ గారణభూతుఁడగుట.

## స వ్త భూ మి క లు.

భూమికలు జ్ఞానభూమికలని యజ్ఞానభూమికలని ద్వివిధము. జ్ఞాన భూమికలు ఊర్ధ్వలోకములనియు అజ్ఞానభూమికలు అధోలోకములనియు తెలియునది.

అజ్ఞానభూమికలు.

1. బీజజాగ్రము.

2. జాగ్రము.

3. మహాజాగ్రము.

4. జాగ్రత్స్వప్నము.

5. స్వప్నము.

6. స్వప్నజాగ్రము.

7. సుషుప్తి.

జ్ఞానభూమికలు.

1. శుభేచ్ఛ.

2 విచారణ.

3. తనుమానసి.

4. సత్వాపత్తి.

5. అసంసక్తి.

6. పదార్థాభావన.

7. తురీయము.

ఇందలి యజ్ఞానభూమికలను ముందు వివరించెద.

1. బీజజాగ్రము— స్థానము పొత్తికడుపు. లోకము అతలము. వర్ణము తెలుపు. ఇందుఁ గొన్నిపన్నగములుండును. నామ రూపక్రియారహితమును స్వప్రకాశము నఖండపరిపూర్ణసచ్చిదానందము నగుపరబ్రహ్మమందుఁ గలిగిన త్రిగుణాత్మకమైన ప్రకృతియనెను తెలివి బీజరూపంబుగా నుండుటచేత బీజజాగ్రమనంబడును. ఇదియె జ్ఞప్తికి నూతనావస్థ.

2. జాగ్రము— స్థానము పిఱుదులు. లోకము వితలము. చాయ నలుపు. ఆ బీజరూపమగు తెలివిప్రపంచాభిముఖమై సంకల్పముతోఁ గూడి యుండుట.

3. మహాజాగ్రము— స్థానము తొడలు. లోకము సుతలము. రంగు పచ్చన. ఆ తెలివియే లోకవాసన ప్రబలి వివిధవిషయముల యందును వేరువేరు భావనలచేత నిర్ధారణలుచేయుట మహా జాగ్రమని చెప్పంబడును.

4. జాగ్రత్స్వప్నము— స్థానము మోకాళ్లు. లోకము తలాతలము. ఇందుఁ గులకతాళ్ళు నిండుకొని యుండును. దానపు లేలు దురు. వస్తుజాలమునందుఁ జూచినవి చూడనివి మనసునందు సంకల్పించి వ్యర్థముగ మనోరాజ్యమేలుట జాగ్రత్స్వప్నమని చెప్పంబడును.

5. స్వప్నము— స్థానము పిక్కలు. లోకము మహాతలము. ఇది షర్వతమయము. తెలివి జాగ్రతలేనిదై కల్పితస్వరూపము లను జూచియు నిజమను నమ్మిక కలుగుటయే స్వప్నము జాగ్రతయందు రజ్జుసర్పభ్రాంతియు, శుక్తిరజతభ్రాంతియు యొడమాపులనుజూచిననుకొనడి భ్రాంతియును, గలిగినను

విచారణయుండును. ఆవిచారణచేత నిజము తెలియగలదు.

స్వప్నమందు విచారణలేదు.

6. స్వప్నజాగ్రము—స్థానము చీలమండలు. లోకము రసాతలము  
చిర కాలముచూడబడకుండుటచేతస్థూలదేహపుస్ఫురణతప్పి  
జాగ్రద్దశవలెనే చిరకాలానువృత్తంబగు స్వప్నమే స్వప్న  
జాగ్రమని చెప్పబడును. ఇది జాగ్రద్దశయందునుగలుగును.

7. సుషుప్తి—స్థాన మటకాట్లు. లోకము పాతాళము. ఈయాతవ  
స్థలులేకయూత్తయొక్క ప్రతిబింబస్వరూపమగు ప్రపంచమం  
దలి విషయసుఖములయందు మునుగుటయే సుషుప్తియని  
చెప్పబడును. ఇదియేజడంబైయొప్పుజీవునియొక్కస్థితి. అప్పు  
డీజీవుడు గాఢాంధ కారంబున మునిగియుండును.

ప్రపంచమసత్యమనియు, సత్యమగు పదార్థమేదియో తెలియక పెద్ద  
లను వెదకుచుండును. ప్రథమమందు నీయజ్ఞానభూమికలను దాఁచిన  
వాఁడైపిమ్మట జ్ఞానభూమికలనుదాటవలయును. జ్ఞానభూమికలేముఖ్యం  
బులుగనుక సప్తభూమికలని చెప్పబడును. అజ్ఞానభూమికలందు పామరులు  
సంచరించెదరు. మోక్షమం దపేక్షగలవారుజ్ఞానభూమికలందు సంచరిం  
చెదరు. జ్ఞానభూమికలు:—

1. శుభేచ్ఛ—స్థానము బొడ్డు. లోకము భూలోకము. మనుజులకు  
వాసస్థానము ఈభూమికయందుఁ బ్రజ్ఞయు నహంకారమును  
లేక యుండవలయును

2. విచారణ:—స్థానము కడుపు లోకము భువన్లోకము. ఇందు  
యక్షులు రాక్షసులు గంధర్వులు కిన్నరులు కింపురుషులు  
సిద్ధులు మునులును నివసించుదురు. సత్సంగత్యము వైరా  
గ్యము కలిగి పెద్దలవలన వేదాంతశాస్త్రములను చెలిసి

కొనుచు శ్రవణ మనన నిదిభ్యాసలచే నాత్మానుసంధానము చేయుట. అనఁగా మనస్సును వృత్తిరహితముగను ఊర్ధ్వగామిగను జేసి యాజ్ఞాచక్రమందు నిలుపుటయే విచారణయనఁబడును.

3. తనుమానసి:—స్థానము తాము. లోకము సువర్ణోకము. ఇందు దేవతలు వసువులు రుద్రులు ఆదిత్యులును నివసించుదురు. ఇచ్చటనే చంద్రలోకమును బిల్వలోకమునుగల్గును. ఈపయి రెండుభూమికలయొక్క పూర్ణమయిన అభ్యాసమువలన విషయములలో దగులక మనస్సును క్షీణింపచేయుచు అత్తాను సంధానము చేయఁజేయ మనస్సు ప్రమక్రమముగావృత్తిరహితమై విషయములకు బోకయుండును. ఇట్లు లింగ్రియములు విషయములును రహితమై తెలివి యభిముఖముగ నుండుస్థితియే తనుమానసి యనఁబడును.

[ఈమూఁడు భూమికలే జాగ్రదవస్థయనఁబడును. ఇందుండు వారికి పునర్జన్మము కలదు; గాని కడమనాలుగుభూమికలయందు నుండువారి కిది జన్మములేదు. నాలుగవభూమికయందుండువారికిని జన్మముకలుగదు.]

4. సత్వాపత్తి—స్థానము మెడ. లోకము మహర్లోకము. ఇందు భృగువు మొదలుగాఁగల ఋషులు నివసించుదురు. పైమూఁడు భూమికల యభ్యాసముచేతను మనస్సు సంకల్పరహితమై జ్ఞానేంద్రియ కర్తేంద్రియ విషయములనుండక యేసంకల్పమునులేక పరబ్రహ్మనిష్ఠయందే యుండును. ఇట్టి స్థితియే సత్వాపత్తి యనఁబడును. మనస్సు పరబ్రహ్మమునుజూడనేరదు కాని పరబ్రహ్మస్వరూపము నొందును.

Mind cannot see Parabramha:

but can become Parabramha and

dissolve itself into Parabramha.

ఈభూమికయందు జగత్తు స్వప్నమువలె దోచును. గాన నిది స్వప్నావస్థయనబడును. అట్టి యనుభవము గలవాడు బ్రహ్మవిదుడని చెప్పబడును.

5. అసంసక్తి—స్థానము ముఖము. లోకము జనర్లోకము. ఇందు ససకాదులు నివసించుదురు. ఈనాలుగుభూమికల యభ్యాసముచేత మనస్సు విషయరహితమును సంకల్పరహితమును సత్వరజస్తమోగుణరహితమునై శుద్ధసత్వప్రధానమునుగాక పరబ్రహ్మస్వయందుఁ బట్టుతప్పక యుండును. ఇదియె సుషుప్త్యవస్థ. అట్టియనుభవము గలవానినే బ్రహ్మవిద్వరుడని చెప్పుదురు.

6. పదార్థాభావన—స్థానము భూమిధ్యము. లోకము తపోలోకము. ఇందు వైరాగ్యము గలవారు నివసించుదురు. వీరే బ్రహ్మమానసపుత్రులు. పైలయిదుభూమికలయభ్యాసముచేత సంతరజహిర్మధ్య దృశ్యములు లేక సమస్తవాసనాక్షయమై తమకన్యములేక సమస్తము తమస్వరూపమేయనియునదియె పరబ్రహ్మమనియుఁ దలంచుదురు. ఇదియె జీవన్ముక్తి. ఇదియె తుర్యావస్థ. అట్టియనుభవముగలవాడు బ్రహ్మవిద్వరీయుడని చెప్పబడును.

7. తురీయము—స్థానము కపాలకుహరము. లోకము సత్యలోకము. ఈలోకమందే యన్నిలోకములు యిమిడియున్నవి. మొదటి యాఱుభూమికల యభ్యాసముచేతను సమస్తమును దనస్వరూపమనెడు వృత్తి, యనఁగా నఖండపరిపూర్ణసచ్చిదానంద

పరబ్రహ్మముతానేకాని తనకంటె వేఱుకాదనెడు వృత్తికును  
రును. ఏభేదమునులేక పరబ్రహ్మమగు తానుతానెయై యుం  
డుననుట. అవాఙ్మానస గోచరము. ఇదితుర్యాతీతము. ఇది  
యై విదేహముక్తి. అట్టియనుభవముగలవానిని బ్రహ్మవిద్వ  
ర్తిష్ఠుడనిచెప్పుదురు (అనుభవైక వేద్యము.)

“ఏమహనీయులు సప్తమ

భూమిక నింపొందువారు పుణ్యలు నాత్మా

రాములు వారలె వినుమా

రామమహాత్మపదమందు రంజిలుదురొగిన్॥”

సప్తమ మగుతురీయ భూమికయందుఁనుండు

ధన్యులె పుణ్యపురుషులు నాత్మారాములు నసఁ

దగినవారు. వారలెపుడును బరబ్రహ్మపదవియొ

డే క్రీడించుచుండును.

## హంసవిషయము.

హంస యనఁగా ఉచ్చాస్వసనిశ్వాసంబులు. దీనికే ప్రాణమనియు  
చెప్పుదురు. హకార బిందు సకారములే హంస. హకారము శివబీజము  
సకారము శక్తిబీజమును, యీరెంటిమధ్యను శివశక్తులకుఁవికళస్థానమై  
బిందురూపక మగుబుద్ధితత్వము ప్రకాశించుచుండును. హకారమే శుక్ల  
ము. సకారమే రక్తము. ఈరెంటియొక్క సంయోగమే బిందువు. హ  
కారమే సూర్యనాడి లేక పింగళ యని చెప్పఁబడి కుడిముక్కునవాయు  
వునుపీల్చును. సకారమే చంద్రనాడి లేక ఇడ యనిచెప్పఁబడి ఎడమ  
ముక్కున వాయువును పీల్చును. మధ్యనుండెడిబిందువునకే తేజోనాడి  
యని లేక సుషుమ్న యని చెప్పఁబడును. సకారముశక్తిబీజము గనుక  
బుద్ధి సకారమువైపున తిరిగినప్పుడుప్రపంచవిషయజ్ఞానమును హకారము

వైపున తిరిగినప్పుడు నిర్విషయజ్ఞానమున్ను కలుగును. ఈ మూడే నాదబిందుకళలు. ఈహంసప్రకృతిమయమైన ప్రపంచజ్ఞానము శివమయమైన పరబ్రహ్మజ్ఞానము అనేదురెండు లెక్కలతో చిద్బిందురూపమున సకలప్రాణులయొక్క సహస్రారకమలములయందు సంచరించుచుండును. ఈహంస ప్రాణవాయురూపమున ప్రత్యక్షముగ కనుబడును.

ప్రాణము==లోపలికిపోయి వెలుపలికివచ్చు శ్వాసము.

1 ప్రాణము = 4 శేకనులు; four seconds of time

6 ప్రాణములు = 1 ఫలము, లేకవిఘడియ.

15 ప్రాణములు = 1 నిమిషము—one minute

60 నిమిషములు = 1 గంట—one hour

24 గంటలు = 1 దినము—one day

కనుక దినమునకు ప్రాణములు 21600.

ఈహంసలను అజపాగాయత్రీ మంత్రజపమున

ఆధారచక్రమున కథిపతి యగు గణపతికి ... 600

స్వాధిష్ఠానచక్రమున కథిపతి యగు బ్రహ్మకు ... 6000

మణిపూరకచక్రమున కథిపతి యగు విష్ణుకు ... 6000

అనాహతచక్రమున కథిపతి యగు రుద్రునకు ... 6000

విశుద్ధచక్రమున కథిపతి యగు ఈశ్వరునకు ... 1000

అజ్ఞాచక్రమున కథిపతి యగు సదాశివనకు ... 1000

సహస్రారచక్రమున కథిపతి యగు పరమాత్మకు... 1000

---

21600

---

ఈప్రకారముగ నిత్యము అజపాగాయత్రీమంత్రజపమున వారివారికి 21600 హంసలు పంచిపెట్టగను దనకుకర్తవ్యములేదు. జ్ఞాతమనో బుద్ధిచిత్తాహంకారంబులనియెడు ఆకాశపంచకంబును, సమానవ్యాసో

దానస్రాణాపానంబులనియెడు నాయుపంచకంబును, శ్రోతృత్వక్షుణ్ణి  
హ్యఘ్రాణంబులనియెడు అగ్నిపంచకంబును, శబ్దస్పర్శరూపరస గంధం  
బులనియెడు జలపంచకంబును, వాక్పాణిసాదపాయూపస్థలనియెడు పృథ్వీ  
పంచకంబును, యీ యిరువదియైదు తత్వంబులును సహస్రారంబునను  
ఁజేసిసుషుమ్నతో సంబంధమగుటనుబట్టి 25000 హంసలగును. అందు  
లో 3400 కుంభకమందునిలుచును. అది యోగులకే అనుభవనీయమును  
కరతలామలకంబు నగును. కడమ 21600 హంసలు అజపాగాయత్రీమం  
త్రజపమున ఆయాచక్రాధిదేవతలకు సమర్పించబడును.

ఈహంస మూలాధార స్వాధిష్ఠాన మణిపూరక అనాహత విశుద్ధ  
ఆజ్ఞేయంబు లనుషడాధారంబులుబట్టి తిరుగుచుండును. ఆరోహణము  
అవరోహణములే సోహము. కనుక నాదబ్రహ్మమును లేపి యానందించ  
వలయును. లేచకపూరకములేఆరోహణలవరోహణంబులని తెలియునది.

అజపాగాయత్రీమంత్రజపమున 21600 హంసలు ఆయాచక్రాధిదేవత  
లకు సమముగాఁ బంచిపెట్టకుండుటకు కారణంబేమని విచారించినచో  
ఆయాచక్రములయందు సుషుమ్నయొక్క సంచారము చక్కఁగ తెలి  
యఁగలదు. సూర్యోదయము మొదలు తిరుగ సూర్యోదయము వఱకు  
21600 హంసలు సమర్పించబడును. దినమునకు 60 ఘడియలు; 3600  
విఘడియలు. పగలు ముప్పది గడియలు; రాత్రి ముప్పది గడియలు.  
సుషుమ్న 600హంసలకాలముమూలాధారచక్రమందుండుననియు 6000  
హంసలకాలము స్వాధిష్ఠానచక్రమందుండుననియు 6000హంసలకాలము  
మణిపూరకచక్రమందుండుననియు 6000 హంసలకాలము అనాహతచ  
క్రమందుండుననియు 1000 హంసలకాలము విశుద్ధచక్రమందుండుననియు  
1000 హంసలకాలము ఆజ్ఞాచక్రమందుండుననియు 1000 హంసలకాల  
ముసహస్రారచక్రమందుండుననియు అనుభవమున తెలియఁగలదు.



	హంసలు.	గడియలు.	గంటలు.	నిముషములు.	శేకనులు.
మూలా ధారము.	600	౧-౮౦	0	40	0
స్వాధిష్ఠానము.	6000	౧౬-౮౦	6	40	0
మణిపూరకము.	6000	౧౬-౮౦	6	40	0
అనాహతము.	6000	౧౬-౮౦	6	40	0
విశుద్ధము.	1000	౨-౮౬౪౧	1	6	40
ఆశ్లేయము.	1000	౨-౮౬౪౧	1	6	40
సహస్రారము.	1000	౨-౮౬౪౧	1	6	40
	21600	౬౦-౦	24	0	0

సూర్యోదయ మెప్పుడయితే ఆనిముషము మొదలు కాలమునేర్పరచవలయును. సూర్యోదయము 6 గంటలకేనని యీదిగువ ఆయాచక్రములయందు నుషుమ్మ నిలుచుకాలము తెలుపబడెను. లేక సూర్యోదయము 6 గంటలకుపయిన కొన్నినిముషములకు అగునెడల ఆనిముషములను యీక్రిందవివరింపబడియుండు కాలమునకు చేర్చిచో సరియైన కాలము తెలియఁ గలదు.

		మొదలు.					వరకు.		
		ఘం	ని	శే			ఘం	ని	శే
మూలా ధారము.	ఉదయము.	6	-	-	ఉదయము.	6	40	-	
స్వాధిష్ఠానము.	ఉదయము.	6	40	-	పగలు.	1	20	-	
మణిపూరకము.	పగలు.	1	20	-	రాత్రి.	8	-	-	
అనాహతము.	రాత్రి.	8	-	-	రాత్రి.	2	40	-	
విశుద్ధము.	రాత్రి.	2	40	-	రాత్రి.	3	46	40	
ఆశ్లేయము.	రాత్రి.	3	46	40	రాత్రి.	4	53	20	
సహస్రారము.	రాత్రి.	4	53	20	ఉదయము.	6	-	-	

హంస మూలాధారమందుండెడి కాలమందు తెలివి సహస్రారము నుండి అధోముఖవ్యాప్తియై విషయములతోఁ గూడుకొని వ్యవహారములను జరిపించును. ఆపిమ్మట మూలాధారచక్రమునుండి స్వాధిష్ఠానమునకు వచ్చి మిక్కిలి జాగ్రత్తో పనులు చేయించును. ఆవెనుక స్వాధిష్ఠానమునువదలి మణిపూరకమునకు వచ్చినతోడనే జఠరాగ్నిని ప్రజ్వరిల్లఁ జేయును. అప్రకారము మణిపూరకమునకు వచ్చినపిమ్మట అనఁగా అపరాహ్నకాలమందు పితృకార్యములయందు పిండములు పెట్టుట సర్వత్రా తెలిసినవిషయమే. మణిపూరకము నందున్న సమయమందు భుజించిన పదార్థము జీర్ణముకాఁగలదు. ఆపిమ్మట అనాహతమునకువచ్చినచోన్దిద్రాక్షాపుకాలము సమీపించునని తెలియునది. యీఅనాహతమందు ప్రవేశించినపిమ్మట మొదటిపాదముతప్ప తక్కిన మూడుపాదములు సుషుప్తి కాలమని తెలియవలెను. అందలి నాలుగవపాదము గాఢసుషుప్తి. అనాహతమును దాటి విశుద్ధమునకు వచ్చినచో తెలివి వికసించును. ఆజ్ఞాచక్రము సహస్రారకమలములయందు సంచరించెడికాలము మనస్సునకు విశ్రాంతిని కలుగఁజేసి సుఖము నిచ్చుకాలమని తెలియునది ఈకాలము యోగాభ్యాసముచేయుటకును మనస్సునృత్తిరహితమై బ్రహ్మనందమును బొందుటకును మంచిసమయము. కావున యీకారణములచేత ఆయా కాలములనుబట్టి హంస సంచరించును గనుక అన్ని చక్రములయందు సమానముగాచుండక భేదములుగనుండెనని తెలియునది.

### అక్షి విషయము.

అక్షి యనఁగా నేత్రము. ఇంద్రియములలో ప్రధానమగు నేత్రమును గురించి చెప్పబడును.

“చక్షుర్మధ్యే స్థితం గుహ్య మంగుష్ఠం పరమాత్మకమ్”

నేత్రమునకు మధ్యను గోఢ్యముగ అంగుష్ఠమాత్రపురుషుడగు పరమాత్మయున్నాఁడు.

“నీలతోయదమధ్యస్థా విద్యుల్లేఖేవ భాస్వరా  
నీవారశూకవ తస్మిపీతాభాస్యాత్తమాపమా  
తస్యాశ్శిఖాయామధ్యే పరమాత్మావ్యవస్థితః॥”

తైత్తిరీయోపనిషత్.

నేత్రస్థానమందుం డెడినట్లు గుడ్డున కేనల్ల కలువయని చెప్పుదురు. అందుమధ్యను నివ్వరిభాన్యపుముల్లువలెనే అతి సూక్ష్మమగు రంధ్రమున్నది. అందు విద్యుల్లేఖ యనెడు మెఱపుతీగె ప్రకాశించుచుండును. అదియే కళ. నిష్కళయే పరమాత్మ స్వరూపము. ఈనేత్రస్థానమే పరమాత్మస్థాన మని పెద్దలుచెప్పుదురు. ఈకళయే ముక్తికాంత యనియు జ్యోతియనియు స్యప్రకాశమనియు చెప్పుదురు ఈప్రకాశమువల్లనే సూర్యునికిని ప్రకాశము కలిగినది. సూర్యునివలన చంద్రునికి ప్రకాశముకలిగినది. కావున వెలుగునకుకారణము కళయేయని తెలియువది. ఇదియ హిరణ్మయకోశము.

సూర్యునియొక్క కాంతి తెలుపు అని సర్వత్ర తెలిసినవిషయమే. అదియే శుద్ధసత్వప్రధానము. సూర్యకాంతి ప్రత్యక్షముగ తెలుపురంగుగలదైనను నిజముగ విచారించి చూడఁగా వివిధరంగులయొక్క చేరికయని తెలియఁగలదు.

సూర్యకాంతి ముక్కోణపు అద్దము (prism) చేత భాగించఁబడి వివిధరంగులు అనునట్లు నేత్రస్థానమందును 7 రంగులు గలవు.

1. ఎరుపు. (red)

2. నారింజపండు వర్షము—ఎరుపు పసుపు కలిసినవర్షము,  
(orange)

3. పసుపుపచ్చ వర్ణము. (yellow)
4. ఆకుపచ్చ వర్ణము. (green)
5. నీల వర్ణము—దీనికేనల్లగుడ్డు అని చెప్పుదురు. (blue)
6. సునీల వర్ణము—ఇదియే పాప. (indigo)
7. ఇంద్రానీల వర్ణము. (violet)

(అద్వమును తెచ్చి అందులో ప్రతిబింబమునుచూచినచో అన్నిరంగులు తెలియగలవు. ఈయేడురంగులుసప్తచక్రంబులనియు అందిలికశయే సుషుమ్నాయనియు నిష్కళయే పరబ్రహ్మస్వరూపమనియు పెద్దలుచెప్పుదును—2, 3, 4, రంగులుకలిపి తెలుపుగాయెన్నబడును.)

ఎఱుపు — తెల్లగుడ్డుచుట్టూ వుండేది. పృథివీతత్వము, క్రియాశక్తి, బహు అధిదేవత, అకారమాత్మక, అన్నమయకోశము, సద్యోజాతముఖము.

తెలుపు—తెల్లగుడ్డు. ఆపోతత్వము, జ్ఞానశక్తి, విష్ణుఅధిదేవత, ఉకారమాత్మక, ప్రాణమయకోశము, వామదేవముఖము.

నలుపు—తెల్లగుడ్డుమధ్య నుండునల్లగుడ్డు. తేజోతత్వము, ఇచ్ఛాశక్తి, రుద్రుడు అధిదేవత, మనోమయకోశము, తత్పురుషముఖము.

సునీలము—నల్లగుడ్డుమధ్యనుండునీలమైనపాప. వాయుతత్వము, ఆదిశక్తి, ఈశ్వరుడధిదేవత, అర్థమాత్మక, విజ్ఞానమయకోశము, అఘోరముఖము.

ఇంద్రానీలము—పాపమధ్యను వెలిగేకళ. ఆకాశతత్వము, షరాశక్తి సదాశివుడు అధిదేవత, ఓంకారము మాత్మక, ఆనందమయకోశము, ఈశానముఖము.

[ ఈఅయిదురంగులు అయిదుచక్రములనియు బిందువే ఆజ్ఞాచక్రమనియు కళయేసహస్రారమనియు నిష్కళయే పరబ్రహ్మస్వరూపమనియు తెలియునది. ]

సల్లగుడ్డునకే అండాండమనియు, గంగయనియు, చంద్రమండలమనియు, నాదమనియు, ఇడయనియు, కామాక్షియనియు, స్థూలదేహమనియు, జాగ్రద్వస్థయనియు, తమోగుణమనియు పాపకే పిండాండమనియు, యమునయనియు, నీలతోయదమనియు సూర్యమండలమనియు, బిందువనియు, పింగళయనియు, మినాక్షియనియు, సూక్ష్మశరీరమనియు, స్వప్నావస్థయనియు రాజసగుణమనియు,

పాపమధ్యను వెలిగేకళ కేబహ్మండమనియు, సరస్వతియనియు, విద్యుల్లేఖయనియు, అగ్నిమండలమనియు, కళయనియు, సుషుమ్నయనియు, విశాలాక్షియనియు, కారణదేహమనియు, మహాకారణమనియు; సుషుప్త్యవస్థయనియు, తుర్యావస్థయనియు సాత్వికగుణమనియు చెప్పుదురు.

[ ఈకళలో నిష్కళయే పరబ్రహ్మస్వరూపము ]

పృథివ్యాపస్తేజోవాయు రాకాశములనెడు పంచభూతములు, క్రియా శక్తిజ్ఞానశక్తి యిచ్ఛాశక్తి ఆదిశక్తి పరాశక్తి యనెడుపంచశక్తులును, బ్రహ్మవిష్ణు రుద్రాయీశ్వర సదాశివులనియెడి పంచదైవతములును, అకారణకార మకార అర్థమాతృక ఓంకారములనియెడు పంచమాతృకలును అన్నమయ ప్రాణమయ మనోమయ విజ్ఞానమయ ఆనందమయములనెడు పంచకోశంబులును, అండాండ పిండాండ బ్రహ్మాండములనియెడు అండత్రయమును, గంగాయమునా సరస్వతులనియెడు వేణీత్రయమును, సూర్య చంద్రాగ్ని మండలంబులనియెడు మండలత్రయంబును, నాదబిందుకళ

లును, ఇడాపింగాళసుషుమ్నలును, కామాక్షిమీనాక్షివిశాలాక్షియనెను  
అక్షిత్రయమును, సత్వరజస్తమోగుణబలును, మూలాధారస్వాధిష్ఠాన  
మ.శివ్రూక అనాహతవిశుద్ధఆజ్ఞేయసహస్రారంబులనియెడు సప్తచక్రం  
బులును, స్థూలసూక్ష్మకారణశరీరంబులనియెడు శరీరత్రయమును, జాగ్ర  
త్స్వప్నసుషుప్తులనియెడు అవస్థాత్రయంబును, నేత్రస్థానమందే నిరూ  
పించబడియెను. సమస్తవృత్తులును నేత్రస్థానమందే పుట్టును. నిద్ర  
యును సంగమందలికోరికయును అచ్చటనేకలుగును. రేతోస్థలనము  
ఆస్థానమునందేకలుగును. కావుననే రేతోస్థలనమప్పుడునీరసమునునిస్త్రా  
ణయును నేత్రములయందు బరువును కలుగును. ఇదిస్వానుభవమువల్లనే  
తెలియగలదు.

“ అణోరణీయాన్మహత్ మహీయా  
నాత్మాగుహాయానిహితోస్యజన్తోః ”

తైత్తిరీయోపనిషత్ .

అతిసూక్ష్మములగు అణువులకంటె అణువును అతిస్థూల  
మైన మహత్తుకంటె మహత్తును అగుపరమాత్మజన్తువు  
లయొక్క బుద్ధిగుహాయందుండును.

“ జాలసూర్యమరీచిస్థం యత్సూక్ష్మతరంరజః  
తస్యషష్ఠాష్ట మోభాగః అణురిత్యభిధీయతే॥ ”

ఇంటికప్పులోని సందులగుండాజారెడు సూర్యకాంతిలోని  
నలుసుయొక్క ఆరోభాగమునకు లేక ఎనిమిదోభాగము  
నకు అణువనిపేరు.

నేత్రమందలి పాపకుమధ్యను నివ్వరిముల్లువంటి అతిసూక్ష్మమగురంధ్ర  
మున్నది. ఇక్కడనుంచియే నాడులుక పాలమునకుపోవును. ఆరంధ్రమధ్య  
మందు ముక్తికాంతయున్నది. ఈనాళమే నడినాళమనియుబ్రహ్మరంధ్ర  
మనియు మేరుశిఖరమనియు ముషుమ్ననాళమనియుచెప్పుదురు. అందు  
డెడి ముక్తికాంతకే కళఞ్చునియు ఆపోవ్యోతియనియు చెప్పుదురు.

మనస్సును క్రమక్రమముగా లీనముచేసి, చూచేవాడున్న చూడఁ బడునదియును లేక, నిరామయుడై తుర్యావస్థనుపొంది ముక్తినుండ వలయును. ఉపనిషత్తులు చదివితమనియు మహావాక్యవిచారణవల్ల పర బ్రహ్మమయితమనియు చెప్పదురు. అదిభావంబుగాని అనుభవంబుగాదు స్త్రీనిపొందితేనే ఆసుఖము తెలియవలెగాని కళాశాస్త్రము మొదలగు పుస్తకములు చదివినంతమాత్రముననే తెలియదు. సంగతులుమాత్రము తెలియునుగాని అనుభవముండదు. అట్లే బ్రహ్మసందానుభవమును ఉప నిషత్తులు మొదలుగాఁగలపుస్తకములు చదివినంతమాత్రమునను, నాకు తెలుసును అవి విద్యామడముచేత చెప్పినంతమాత్రమునను, అనుభవము గలుగనేరదు గాన మనస్సును వృత్తిరహితము చేసి అనుభవజ్ఞులు గావలయును.

***Mind should be concentrated & centred at the focus.***

చంద్రునికి సూర్యునివలననే కాంతిగలిగెనుగాని సహజకాంతిలేదు. అసూర్యుడే పరబ్రహ్మమని కొందరు తలచెదరు. అదియ అజ్ఞానము సూర్యునికినిస్వతంత్రకాంతిలేక సమస్తభూతములయందు అంతరాత్మగా వెలిగే స్వప్రకాశమువల్లనే సూర్యునికికాంతి కలిగినది. ఈకళయును పరబ్రహ్మమనికొందరజ్ఞులుతలచెదరు. ఆకళలోనిష్కళయేపరబ్రహ్మము. ఇదినిశ్చయము. అనిపెద్దల అభిప్రాయము.

చిదాకాశము. — ఇంద్రియగోచరంబు లగువస్తువులు విషయంబులనం బడు. అట్టివిషయంబులం దొక్కొక్కటి తెలివిచేగ్రహింపం బడియుండ నాతెలివి యావిషయంబునువిడచి మరియొకవిష యమునకు పోవునపుడు పూర్వము పొందియున్నవిషయంబు నువదలుటచేతను యితరవిషయంబునుగ్రహింపకుండుటచేత నుయ్యామధ్యకాలంబున విషయంబులనంటకుండు నాతెలివికి

యేరూపంబోలదియ చిదాకాశంబు. స్థూలంబునకుచూచు  
వాఁడుసాక్షియనియు, చూచువానికి మనస్సుసాక్షియనియు  
మనసున కగ్రముగ బుద్ధియనియు, బుద్ధి కగ్రముగ ఆత్మ  
యనియు, ఆత్మ కగ్రముగ పరమాత్మయనియు, పరమాత్మ  
కగ్రముగ పరబ్రహ్మమనియు పెద్దలయభిప్రాయము.

అక్షరుఁడు. — రక్త శ్వేత కృష్ణ నీలవర్షములమధ్యను బ్రకాశించు  
ఆపోజ్యోతిసేనీలతోయదమధ్యస్థమయిన విద్యుల్లేఖయనియు  
అక్షరుఁడనియు చెప్పుదురు. ఇదియే అంతర్లక్ష్యం, గగన  
ముద్ర, శిఖాస్థానము, అగ్నిశిఖ, సర్వసాక్షి, చిన్నయనేత్ర  
స్థానము, మేనుశిఖరము, కైలాసము, సత్యలోక వైకుంఠము  
లకు స్థానము అనిచెప్పుదురు.

“అధిప యదిమగ్న మంగభ రాగ్రమధ్య  
వార్ధినఁడుమ కృష్ణాశ్రయద్వారవతిని  
యాత్తుఁడున్నాఁడు సూక్ష్మదృగ్వాప్తిచేత  
జ్ఞాతగలవాఁడనై కనుసౌజ్ఞగాను.”  
ఇందలి యర్థమును బెద్దలవలనఁ దెలియునది.

## పంచముద్రలు.

1. భేచడి — పర్వత గుహప్రదేశంబున ఆసనంబున సమాసీనుడై  
పద్మాసనమునందు కూర్చొని అఙ్గస్థిలితలోచనంబుడై నవ  
ద్వారంబులఁ జిత్తంబుచే నిరోధించి విషయములతోకూడ  
యింద్రియములను ప్రత్యాహరముగావించి కుండలీశక్తిని  
మేలుకొలిపి ప్రాణవాయునిరోధముచేసి తాలువులమధ్యప్ర  
దేశంబున జహ్నుమూలంబు లగ్నంబగుటఁగావించి బహిరం



తరములయందును ఊర్ధ్వాధోభాగంబులయందును భావాభావ  
రూపంబులయందును సంయోగింపని మనోదృష్టిస్వహించి  
దంతంబులచేతం దంతంబులస్పృశింపక మనస్సునుఊర్ధ్వము  
ఖముగ మూర్ధ్నియందుంచి వృత్తిరహితము చేయవలయును.  
ఇదియ భేచరిముద్ర. ఈముద్ర తెలియువఱకు అతికష్టమనియు  
తెలిసినపిమ్మట అతీసులభమనియు అనుభవజ్ఞులు చెప్పుదురు.

2. భూచరి:—నేత్రములు గదలింపక నాసికాగ్రమున దృష్టినిలుపుట.

3. మధ్యలక్ష్మ్యము:—కనులు సగముమూసి నాసికామధ్యమందు  
దృష్టిని నిలిపి అంతర్లక్ష్మ్యమందు మనస్సును నిలుపునది.

4. షణ్ముఖ:—నేత్రములు రెండు, శ్రోత్రములురెండు, నాసికా  
రంధ్రములురెండు, యాయామురంధ్రములు మూసి భూమి  
ధ్యమందు దృష్టిని నిలిపి నాదబిందు చిత్కళలను తెలియునది.


5. శాంభవి. “అంతర్లక్ష్మ్యం బహిర్దృష్టి ర్ని మేషోన్మేషనర్జితా  
ఏషాసా శాంభవీముద్రా సర్వతంత్రేషు గోపితా॥”

1. బహిర్లక్ష్మ్యము—నేత్రములఁ దెరచి మనస్సును వృత్తు  
లకుఁ బోసెయక యొకవస్తునయందుఁ గదల  
సేయక నిలుపుట. ఇందు దృశ్యమందు లక్ష్మ్య  
మును నిలుపునది. ప్రధమమందు బహిర్లక్ష్మ్య  
మును అభ్యసించునది.

2. మధ్యలక్ష్మ్యము—నేత్రములఁ దెరచి మనస్సును వృత్తు  
లకుఁబోసెయక అభిముఖముచేసికొని భూమిధ్య  
మందు లక్ష్మ్యమునునిలుపునది. ఇందు దర్శనము  
(చూపు) నందే లక్ష్మ్యమును నిలుపునది. బహి

ర్లక్ష్యమందు నిలిచినపిమ్మట మధ్యలక్ష్య మభ్యసించునది. ఈ రెండులక్ష్యములు అభ్యాసమయినపిమ్మట అంతర్లక్ష్యమభ్యసించునది.

3. అంతర్లక్ష్యము—నేత్రములఁ దెరచి శోత్రత్వచ్ఛతుర్జిహ్వఘ్రాణంబులను జ్ఞానేంద్రియములు వాక్పాణిపాద పాయూపస్థలను కర్మేంద్రియములు మనోబుద్ధిచిత్తాహంకారములను అంతరింద్రియములు యీషదునాలుగింద్రియములను ప్రాణాపానన్యాయోదానసమానంబు లనెడిపంచప్రాణంబులను నాగకూర్మకృకుర వదత్తధనుంజయులనెడి యుపవాయువులను జయించి దృష్టిని శబ్దగుణశంకంబును పంచభూతాత్మకంబును అగు ఆకాశంబునందుపదలి మనస్సును వృత్తులకుఁ బోసెయక అభిముఖముచేసికొని భూమధ్యమునకంతరముగా లక్ష్యమును నిలిపి అక్కడివింతలను చక్కఁగఁజూచునది. ఇందుద్రవ్యయందు లక్ష్యమును నిలుపునది. ఇదియ శాంభవీముద్ర.

 భేచరి షణ్ముఖ శాంభవీ ముద్రలయందు అంతర్లక్ష్యమున్ను భూచరి ముద్రయందు బహిర్లక్ష్యమును మధ్యముద్రయందు మధ్యలక్ష్యమున్ను ఉంచునది.

## పిండోత్పత్తి.

గర్భమందలి పిండముయొక్క యుత్పత్తినిగురించినది గనుక పిండోత్పత్తియని జెప్పఁబడియె.

ఆరగించిన అన్నము 7 దినములకు రసమగును. రసము 7 దినములకు రుధిరమగును. రుధిరము 7 దినములకు మాంసమగును మాం

సము 7 దినములకు మేదస్సుగును. మేదస్సు 7 దినములకు అస్థియగును.

అస్థి 7 దినములకు మజ్జయగును. మజ్జ 7 దినములకు శుక్ల శోణితములగును.

సతిపతులు రతులుసల్పఁగ శుక్ల శోణితములు మేళనమై అయిదుదినములకు నీరుబుగ్గయగును. సంయోగమునకు కూడనిదినములు బ్రహ్మచర్యమునందుఁ జెప్పఁబడియె. (చూ.—పుట. 55)

బదిదినములకు నెత్తురై పదునేనుదినములకు మాంసపుముద్దయగును. ఇగువద్ది దినములకు గట్టిపడి యిగువద్దియైదుదినములకు మనుష్యాకారంబేర్పడును. మొదటినెలయందు పంచభూతములుకూడి తలయేరుపడును. రెండవనెలను మేదస్సు చేతులు కాళ్ళు యేరుపడి మూడవనెలను ఎముకలు మజ్జ గోభృ వేండ్రుకలు చర్మము కలుగును. నాలుగవనెలను అవయవములును సప్తధాతువులును అయిదువ నెలయందు చెవులు ముక్కు కన్నులు నోరు జనించి ఆకలిదప్పలు పుట్టును. ఆఱవనెలయందు కడుపు కంఠనాళము యేరుపడి అరణియందు అగ్నిప్రవేశించునట్లు జీవుడు గర్భరూపముగఁ బ్రవేశించుచున్నాఁడు. ఈమాసమందే మావిచేతఁ గప్పఁబడి తల్లిభ్రుజించిన అన్నపానాదులవలన తృప్తి నొందుచుండును. ఏడవనెలయందు జనించిన రోగియగును. ఈమాసమందే జ్ఞానముకలుగును. ఎనిమిదవనెలయందు కలిగినబిడ్డ బ్రతుకదు. తల్లిగాని బిడ్డగాని మృతినొందును. తొమ్మిదవనెలయందు గర్భమందలి శిశువునకు విజ్ఞానముకలుగును. మావి యనెడుసంచయందలి నీటియందు తొణికిసలాడుచుండును. శుక్ల శోణితవికారముగ మాతృగర్భములోఁచి క్తుపడి జఠరాగ్ని చేతను క్షిమికీటకాదులచేతను మాతృభుక్త కటుకషాయాది పదార్థములచేతను శ్రమనొందుచుండినను, బయలునతిరుగ నభ్యాసమలేని యెలుక తానున్నకలుగే ప్రపంచమనియు సౌఖ్యమైనదియనియు యోచినట్లు, మాతృగర్భకోశమే సుఖమైనదిగాతలంచి అచ్చటనేయుండ

నిశ్చయించి ప్రపంచములోనికి పోజాలనని పరితపించుచుండగను యగ్నిదేవుడు గర్భమందలి బాలునియెదుట నిలిచి ధైర్యముచెప్పును “ నేనగ్నిదేవుండను. సర్వాంతర్యామిని. సర్వభక్షకుండను నీకుభృత్యుండనై నీనేత్రస్థానమందుండి నీవు సమస్తమునుజూచునట్లులఁ జేయగలను. వాక్కుస్థానమందుండి సంతాపించునట్లును నాభిస్థానంబున జరరాగ్నిరూపంబుగ నుండినవాడనై భుజించిన సమస్తపదార్థములు జీర్ణమగునట్లుగను నిద్రనుకిల్పించి సౌఖ్యముకలుగునట్లుగను జేసెదను. ఇట్టిసమర్థుడనునేను నీకు సహాయుడనై యుండగ నీకేమికోదువ! ప్రపంచములోనికి రమ్ముజ్ఞానసంపన్నుడ నగుదువు. నీవు మహానీయుండవు. మోక్షమును సాధించుకొనుటకు నేనుసహాయుండ నయ్యెదను. ప్రారబ్ధవశమున నీవిష్ణుజన్మించవలసినచ్చెరు. ఏవారికిని విధినిదాట నశక్యుండు. చేసికొనినవారికి చేసికొనినంత యచులోకోక్తి ననుసరించి యనుభవింపక తీరదు ” అని ధైర్యమునుజెప్పి యంతర్ధానము మొందును. పిదప సూర్యుడు పునఁబుడై ధైర్యముజెప్పును. “ నేనుసూర్యుడను. నీనేత్రములకధిదేవతనై విశ్వమంతయుజూచునట్లు చేసెదను. జ్ఞానమునకు కారణభూతుడనై మోక్షమును సాధించుటయందు నీకుసహాయముచేసెదను. నెగువకప్రపంచమునకు రమ్ము. నీవు మహానీయుండవు. నిన్నునీవెరుగవు. కర్త చేత నిట్లయితివి. భయమునువదలిరమ్ము ” అని ధైర్యమునుజెప్పి యంతర్ధానము మొందును. అనంతరము చంద్రుడు మనస్థానమందుండెదననియు వాయువు పంచస్రాణములుగానుండెదననియు వరుణుడు జహ్వాయందుండెదననియు బ్రహ్మగుహ్యోద్ధియమందుండెదననియు రుద్రుడు అహికారమున కధిదేవతనై యుండెదననియు విష్ణువు పాదములయందుండి బ్రహ్మనిష్ఠాగరిష్ఠులగు పెద్దలవద్దికి నడిపించి మోక్షసాధకమందు సహాయుడనయ్యెదననియు బృహస్పతి బుద్ధియందుండి మోక్షమార్గమున

సహాయుండనయ్యెదననియు దేవతలందరు ధైర్యముజెప్పిరి. మృత్యుదేవత గుడస్తానమందుండి మలవిసర్జనమునుచేయుచు సత్పథమును దప్పిననాడు చంపెదనని చెప్పినను దేవతలందరు చెప్పినమాటలవలన ధైర్యముగల వాడై షడిమాసములునిండగను నాభినాశముక్రమముగాబలియుటచేత మాతయొక్క సమానవాయువు నిలువతావులేక వ్యానవాయువుచేతఁ దోయఁబడి తల్లి అన్నకోశములోనుండి పుజినపండునకు తొడిమదాని కదిసల్లినచందంబున జారుచుండఁగ నొప్పులు కనుపించును. అప్పుడు వాయువకుంభింపఁబడును అట్టికుంభకముచేత పొరయందున్న శిశువు అధో ముఖమై తెలివినశించి కుంభకముచేతనే పొరపగిలి శిశువుభూమిమీఁదఁ బడి జన్మించును.

ఋతుకాలమందలి సోదినములయందు గర్భమునిలిచిన మొగబిడ్డలును బేసిదినములయందు గర్భమునిలిచిన యాడుబిడ్డలును కలుగుదురు.

తండ్రియంశములు:—ఎముకలు, మెడడు, నీర్యము.

తల్లి యంశములు:—నెత్తురు, వెండ్రుకలు, మాంసము.

సంభోగకాలమందుఁ బురుషునికి రాజసగుణమెచ్చిన రాజసుండును, తామసగుణమెచ్చినతామసుండును సత్వ గుణమెచ్చినసాత్వికుండును స్త్రీకి రాజసగుణమెచ్చిన వ్యర్థుండును, తామసగుణమెచ్చినక్రూరుండును సత్వ గుణమెచ్చిన తపస్సంపన్నుండును; ఉదయకాలంబున జనించినసాత్వికుండును, మధ్యాహ్న కాలమందు జనించినదుష్టవర్తనముగలధూర్తుండును అస్తమయ కాలమందు జనించిన అనురూపుండును, రాత్రిసరిప్రాద్దున జనించిన సకలసామ్రాజ్యసంపదలు గలవాఁడును, వేకువజామున జనించిన దీర్ఘాయుష్షుంతుండును, అగుపుత్రిండు కలుగును.

మఱియు శుక్లమధికమయిన పురుషుడును, శోణిత మధికమైన స్త్రీయును, శుక్లశోణితములు సమమైన నపునకుండును, గర్భమందు శుక్లశోణితములు వాయువుచే భేదింపబడనేని ఇరువురూ లేక ముగ్గురు శిశువులు కలుగుదురు.

అష్టమమాసమందు స్త్రీపురుషులు రతిసల్పఁగ వీర్యమును శిశువు గుడిచి పాపకర్తుడును జాడ్యగ్రస్తుఁడును అగును. తొమ్మిదవమాస మందురమించఁగ పిండము గర్భమునుండి యూఱిపడును.

గర్భిణిస్త్రీలు పరుగెత్తకూడదు. గోకుకొనగూడదు. వేగముగ నడువ గిట్టదు. బలువైన పనులఁ జేయగిట్టదు. ఋతుకాలమందలి పదియాఱవ దినమున నిలిచిన గర్భమందు బ్రహ్మవిద్యాధురంధరుఁడు కలుగును. తల్లి గర్భమందఁ పురుషుఁడుకుడిపక్కను స్త్రీయెడమపక్కనుండుదురు.

దేహమలములు—కొవ్వు, తేతస్సు, రక్తము, చీమిడి, మూత్రము, మలము, చెవిగులిమి, గోళ్లు, ముఠికి, కఫము, కంటిపుసి, చెమట. జన్మములు నాలుగువిధములు.

1. జరాయుజములు—మావియందుఁబుట్టి మావితోనే భూమి మీఁదఁ బడుమనుష్యులు పశువులు మృగములు. పుణ్యముయొక్క అధిక్యతచేత నిట్టిజన్మకలుగును.
2. అంధజములు—గుడ్డువలనఁ బుట్టెడు పక్షులు సర్పములు మొదలుగాఁగలవి.
3. స్వేదజములు—చెమటవలనఁ బుట్టెడు నల్లదోమ మొదలు గాఁగలవి.
4. ఉద్భిజములు—భూమినిఁబగులగొట్టుకొనిపైకినచ్చెడు వృక్షములు, నేలనల్లుకొనుతీగలుమొదలుగాఁగలవి. సాఫముయొక్క అధిక్యతచేత నిట్టిజన్మకలుగును.

ఉత్తరాయనము— పుష్యమాసము మొదలు శ్వేషమాసమువరకునుండు  
ఆఱుమాసములు. ఇది దేవతలకు పగటికాలము. అందువలన  
స్వర్గద్వారములు తెఱచి యుండును.

దక్షిణాయనము— మిగిలిన యాఱుమాసములు. ఇది దేవతలకురా  
త్రికాలము. అందువలన స్వర్గద్వారములు మూసియుండును.

ఉత్తరాయణమందు మృతినొందినవారు స్వర్గస్థులనియు దక్షిణాయన  
మందుమృతినొందినవారు స్వర్గద్వారములు మూసియుండుటవలన స్వర్గ  
స్థులుకానేరరనియు చెప్పుదురు. ఈలోకోక్తికినిజమైనయర్థమును యో  
చించవలెను. భూలోక భువర్లోక సువర్లోక మహర్లోక జనర్లోక తపోలోక  
సత్యలోకములు నాభిమొదలుకొని ఊర్ధ్వభాగమందుండును. భూలోక  
మునకు నాభిస్థానము. సత్యలోకమన్నిటికిఁ బైనయుండునుగనుక దీనికి  
ఉత్తరాయణమనియు అతల వితల సుతల తలాతల మహాతల రసాతల  
పాతాళంబులు అనెడు అధోలోకములలో పాతాళము చివరనుండును  
గనుక దీనికి దక్షిణాయనమనియు చెప్పుదురు. మృతినొందుటయనఁగా  
మనస్సు మగ్నతయగుట. ఉత్తరాయణమందు మనస్సు ఊర్ధ్వముఖ  
వ్యాపనముగలదై నిర్విషయమందు మగ్నతయగును. దక్షిణాయనమం  
దు అధోముఖవ్యాపనముగలదై విషయములయందు మగ్నతయగును.  
కనుక ఉత్తరాయణమందు మృతినొందినవానికి అనఁగా ఎవనిమనస్సు  
ఊర్ధ్వముఖవ్యాపనముగలదై నిర్విషయమందు మగ్నతయగునో అట్టి  
వానికి నిరంతరసుఖము కలుగును. అదియే స్వర్గస్థులగుట.

(అనుభవసీయము.)

మానుషజన్తంబు దుర్లభంబు. అందుఁ బురుషత్వంబు దుర్గమంబు.  
అదియు శతవర్షపరిమితంబయిన జీవితకాలంబున నియతంబైయుండు.  
అందు సగమంధ కారబంధురమగు రాతిరూపంబున నిద్రాది వ్యనహారం

బుల నిరర్థకంబయినను యిరువదిసంవత్సరములు బాల్య యశావసకౌమారవయోవిశేషంబుల గడచు. ముప్పదిసంవత్సరములు తృష్ణ కామకోధ లోభమోహమదమాత్సర్యములునుగలిగి అష్టపాశంబులఁ గట్టువడి విడివడసమర్థుండుగాక దారాపుత్రాదులు మొదలుగాగల సంసారతాపత్రయములలో జిక్కువడి గడ్డముమీసము నెరసి నరములుకీళ్లును పట్టువదలి చెవులువినఁబడక కండ్లుకనుబడక దంతములూడి అహంకారము జిహ్వచాపల్యమధికమై దగ్గు కఫము మొదలగు వ్యాధులుగలవాడై కష్టము పూనియైనను నడువశక్తి లేకున్నను స్త్రీలమీఁదను ధనముమీదను ఆశ మాత్రము విశేషముగాఁగలవాడై వ్యాధులచేతను మనోవ్యాకులము చేతను క్షీణించుచు చచ్చుచుఁ బుట్టుచుండును.

మానుషప్రమాణంబు 81 జానలపొడుగు. ముప్పదియూడుకోట్ల నో మంబులును సమానవ్యానోదాన ప్రాణాపానంబులను పంచప్రాణంబులును, అన్నమయప్రాణమయమనోమయ విజ్ఞానమయు ఆనందమయముల నెడు పంచకోశంబులును శోశోత్పత్త్యక్షుజ్జహ్వా ఘ్రాణంబుల నెడు జ్ఞానేంద్రియములును వాక్పాణిపాదపాయూపస్థలనెడు కర్మేంద్రియంబులును దశవాయువులను డెబ్బదిరెండువేలనాడులును బదిరంధ్రంబులును త్వక్చర్మ మాంసరుధిరమేదో మజ్జాసియ నెడు సప్తధాతువులును కామకోధ లోభమోహమదమాత్సర్యంబుల నెడు అరిషడ్వర్గంబును నవద్వారంబులును గలిగిమాయాశరీరంబయ్యె.

జన్మములన్నియు ఋణమువల్ల నేర్పడును.

“ఋణానుబంధ రూపేణ పశుపత్ని సుతాలయాః

ఋణక్షయే క్షయయాంతి కాలత్రపరివేదనా.”

భార్యా బిడ్డలు పశువులు ఋణమువలననే కలుగుచున్నవి. ఋణము తీరినతోడోడన యవి నశించును. పుణ్యము గలవారికి అర్చిరాదిమార్గమని ధూమాదిమార్గమని రెండుమార్గములు. పాపముచేసినవారు నరకమందు వసితురు.



1. అర్చిరాదిమార్గము:—ఇది సగుణబ్రహ్మసాసకులు బ్రహ్మలో  
కమునకుఁ బోవుమార్గము.

“అగ్నిర్జ్యోతి రహశ్యక్షష్ణణ్మాసా ఉత్తరాయణమ్  
తతఃప్రియాతాగచ్ఛన్తి బ్రహ్మ బ్రహ్మవిదోజనాః”

భగవద్గీత.—8 అ. 24 శ్లో.

తేజస్సు పగలు శుక్లపక్షము ఉత్తరాయణము  
దేవయానము ఇడానాడి తేజోమార్గము—ఈ  
మార్గమునఁ బోవువారు యోగాభ్యాసముచేత  
వైరాగ్యము పరమోపశాంతియును కలిగి సంక  
ల్పరహితులయి మనస్సన్యాసముగలవారై క్రమ  
ముగా సూర్యలోకమును పొంది అనంతరము  
బ్రహ్మలోకముఁజేరి ముక్తులగుచున్నారు. దీనినే  
సూర్యమార్గమనియు, నివృత్తి మార్గమనియుఁ  
జెప్పుదురు.

2. ధూమాదిమార్గము:—కర్మచేయువారు అనఁగా


“అగ్నిహోత్రంతప సత్త్వం వేదానాంచానుపాలనమ్  
ఆతిధ్యం వైశ్యదేవంచ ఇష్టమిత్యభిక్షీయతే”

అగ్నిహోత్రములు తపస్సు సత్త్వవాక్పరిపాలన  
వేదపఠనము ఆతిథిలభ్యాగతులకు ఆతిధ్యమిచ్చు  
ట వైశ్యదేవకర్మచేయుట మొదిలుగాఁగల కర్మ  
లను జేయువానికి పితృలోకమునకుఁ బోవుమా  
ర్గము తాముచేయు అగ్ని హోత్రధూమము  
ద్వారాకలుగును.

“ధూమోరాత్రిస్తథాకృష్ణష్ణణ్మాసా దక్షిణాయనమ్  
తతఃప్రియాతాగచ్ఛన్తి బ్రహ్మ బ్రహ్మవిదోజనాః”

భగవద్గీత.—9 అ. 25 శ్లో.

పొగ రాతికృష్ణపక్షము దక్షిణాయనము పితృ  
యానము పింగళానాడి—యూమార్గమున బోవు  
వారు చంద్రలోకము జేరి అచ్చట పుణ్యఫల  
మనుభవించి “క్షీణేపుణ్యే మర్త్యలోకం విశన్తి”  
అను న్యాయము చొప్పున మేఘమందు బడి  
జలమై, ఆ జలరూపమున ఓషధులలో జేరి అన్న  
మై, తద్వారా శుక్లంబై స్త్రీగర్భంబునం జేరి  
గర్భనరకమనుభవించి జననమై కర్తలు చేయుచు  
చచ్చుచు పుట్టుచుండురు. ఈమార్గమున బోవు  
వారికి పుణ్యక్షయానంతరము పునర్జన్మ కలదు.  
దీనినే ప్రవృత్తిమార్గమనియు, చంద్రమార్గమ  
నియు, జెప్పుదురు.

 అపరోక్షజ్ఞానముగలవారు సాధనచతుష్టయ సంపత్తిగలవారై  
శ్రవణమనన నిదిధ్యాసలచేత బ్రహ్మవేత్తలై పె రెండుమార్గము  
లను విడిచి జీవన్ముక్తులై పిమ్మట విదేహముక్తులగుదురు.

## పంచీకరణము.

సంఖ్యను గురించి చెప్పనది గనుక సంఖ్యమనియు పంచమహాభూత  
ములయొక్క భాగములను పంచిపెట్టుటను తెలియఁ జేయునది గనుక  
పంచీకరణమనియు జెప్పెదరు.

“మాయాశ్చబలితంబ్రహ్మ బ్రహ్మణోరవ్యక్తం, అవ్యక్తానిమహత్,  
మహతో అహంకారః, అహంకారాత్పంచతన్మాత్రాణి, పంచతన్మా  
త్రేభ్యోపంచమహాభూతాని, పంచమహాభూతేభ్యో అఖిలంజగత్”

నిర్గుణసాక్షాత్కారపరబ్రహ్మస్వరూపమునందు చంద్రునియందలిచంద్ర  
దీకవలె మాయాశక్తియుండును. అదియ మూలప్రకృతి బహిష్కృత

వ్యాప్తియైనప్పుడే యీ మాయాశక్తి కలదు. వృత్తిరహితమప్పుడు మాయాశక్తిలేదు. అసత్యమగు ప్రపంచమును సత్యమని నమ్మించెడి వృత్తియే మాయ.

ఒక వస్తువునకు దగ్గరగావుండి చూచినపు షొకరూపమును దూరమున నుండి చూచినపుడు మఱియొకరూపమును విశేషదూరముననుండిచూచినప్పుడు యింకొక రూపమును కలిగియుండుట మనము కన్నులారఁభూచుచుంటిమి. ఒకవస్తువయందే వివిధరూపము లుండుటనుంచి నిజమైన రూపములేదని మనకు తెలియఁగలదు. ఏవికారముతోచూచితే ఆవికారముతో కనుబడును. వికారములు చూపునందేయున్నవి. త్రాగినచూచి పామని భయపడినవానికి అది పాముగాదు త్రాడుఅని చెప్పినమాత్రము సనే లాభముండదు ఆమిథ్యాస్వరూపమగు పామును చంపనుద్యోగించి కర్మను దీపమును తీసుకపోయి కర్మతో బెబ్బవేయను ఆపాము కడలక మెదలక యుండుటను జూచి యది పాముగాదు త్రాడని భయపడినవానికి చెప్పి వానినిగూడ తీసుకపోయి చూపించగను ఆభయముపోయిత్రాడనునిశ్చయము కలుగును. అట్లుగాక దీపమును కర్మను తీసుకపోయి వానిభయము తీర్చకనే అది పాముకాదు త్రాడనిచెప్పిన వీనినివెక్రివాడని చెప్పుదురు. వాడి భయమున్నుపోదు. స్వప్నావస్థయందుఁ గనిన కల అసత్యమని తెలిసినను తానునిజముగా జూచినట్టుగను పనులు అన్నియు జేసినట్టుగను కథగాఁజెప్పినరీతిని యీప్రపంచమంతయు అసత్యమనియు అబద్ధమనియు నిశ్చయముగా తెలిసినను అధ్యారోపాపవాదముగా ప్రపంచస్పృష్టిని పంచీకరణమందు చెప్పవలసివచ్చెను.

ఈమాయ త్రిగుణాత్మిక గనుక సత్వగుణము రజోగుణము తమోగుణము అనుమూడుగుణములు కలది. ఈమాయ వచ్చినతోడనేనిర్గుణ బ్రహ్మకు సగుణబ్రహ్మయని చెప్పవలసివచ్చెను.

సత్వగుణము — జ్ఞానసుఖములయం దిచ్చను పుట్టించును.

రజోగుణము — రాగతృష్ణలయం దిచ్చను పుట్టించును.

తమోగుణము — విపరీతజ్ఞానము నిద్రాస్థితిలు పుట్టించును.

సత్వగుణముయొక్క ఉత్తమగతి — బ్రహ్మ, ధర్మదేవత, మహత్తు, అన్య  
క్తములు కలిగెను.

సత్వగుణముయొక్క మధ్యమగతి — సోమయాజులు, ఋషులు, దేవతలు  
వేదాభిమానులు, ధువుడు, వర్మ, దేవతలు, పితరులు మొ  
దలగువారు కలిగిరి.

సత్వగుణముయొక్క అధమగతి — వానప్రస్థులు, సన్యాసులు, బ్రాహ్మ  
ణులు, విమానసంచారులు, నక్షత్రములు, దైత్యులు మొద  
లగువారు కలిగిరి.

రజోగుణముయొక్క ఉత్తమగతి — గంధర్వులు, గుహ్యకులు, యక్షులు  
విద్యాధరులు, అష్టాసలు, మొదలగువారు కలిగిరి.

రజోగుణముయొక్క మధ్యమగతి — రాజులు, క్షత్రియులు, రాజపురో  
హితులు, వాదముజేయువారు మొదలగువారు పుట్టిరి.

రజోగుణముయొక్క అధమగతి — మల్లులు, నటులు, యోధులు, జూద  
రులు, తాగుబోతులు మొదలగువారు పుట్టిరి.

తమోగుణముయొక్క ఉత్తమగతి — చారణులు, పక్షులు, పురుషులు,  
రాక్షసులు, పిశాచములు, మొదలుగాఁగలవి కలిగెను.

తమోగుణముయొక్క మధ్యమగతి — ఏనుగు, గుఱ్ఱము, శూద్రులు,  
తురకలు, సింగము, పులి మొదలుగాఁగలవి కలిగెను.

తమోగుణముయొక్క అధమగతి — వృక్షములు, పురుగులు, తేళ్ళు,  
చేపలు, తాబేళ్ళు, మృగములు, పశువులు, మొదలుగాఁగలవి  
కలిగెను.

సత్వగుణము—కోపములేక సంకల్పమునులేక కలిమిలేములు సమము  
గాఁజూచుచు గురుసేవచేయుట. ఈగుణములు కలిగిచచ్చిన  
వాఁడు బ్రహ్మలోకమందుగాని దేవలోకమందు గాని తిరిగి  
పుట్టును.

రాజగుణము—కామ కోఠి లోభమోహ మన మాత్సర్యములుకలి  
గియుండుట. మనస్తాపము కలిగియుండుట. ఈగుణములు  
కలిగి చచ్చినవాఁడు స్త్రీయోనియందుఁ బుట్టును.

తమోగుణము—దయలేమి, ఆలస్యము, అలసట, జయము, అహంకా  
రము విశేషముగాఁ గలిగియుండుట, కోప మధికము ఈగుణ  
ములుకలిగి చచ్చినవాఁడు గాడిదయై పుట్టును.

[కావున సర్వకాలములయందును సాత్వికగుణమే కలిగియుండవలెను.]

ఈతిగుణా త్తికయగుసగుణబ్రహ్మయందులవ్యక్తముపుట్టెను. అదియ  
మూలప్రకృతి. ఆ అవ్యక్తమందు మహత్త్వమును, మహత్త్వ  
మందు అహంకారమును, అహంకారమందు శబ్దస్పర్శరూప రసగంధంబు  
లనియెడు పంచతన్మాత్రాలు కలిగెను. ఆపంచతన్మాత్రాలవలనఁ బృథివ్యాప  
స్తీజోవాయ్వాకాశంబులనియెడుపంచభూతంబులును, ఆపంచభూతముల  
యొక్క అన్యోన్యసమ్మేళనమువలన సమస్తజగత్తును ఏర్పడియెను.


అవ్యక్తము రెండువిధములు:—

1. మాయ—2. అవిద్య.


అందు మాయ శుద్ధసత్వప్రధాన గనుక పరబ్రహ్మజ్ఞానమును కలు  
గఁజేయును. అవిద్య మలినసత్వప్రధాన గనుక ప్రపంచజ్ఞానమును కలు  
గజేసి విషయములయందు మనస్సును ప్రవేశింపఁజేయును. మాయాప్ర  
తిబింబము సర్వజ్ఞత్వాది గుణములుగల ఈశ్వరుడనియును అవిద్యా  
ప్రతిబింబము కించిజ్ఞత్వాది గుణములుగల జీవుండనియు ఆ యీశ్వరునకే

అవ్యాకృతుఁడు లేక అంతర్యామి యనియు ఆజీవునకే ప్రాజ్ఞుఁడనియు పారమార్థికుఁడనియు చెప్పుదురు. ఈశ్వరునకు మాయయే కారణశరీరమును సుషుప్త్యవస్థయును ఆనందమయకోశంబును అగును. జీవునకు అవిద్యయే కారణశరీరమును సుషుప్త్యవస్థయును ఆనందమయకోశంబును అగును.

సగుణబ్రహ్మము త్రిగుణములలో తమోగుణమును వీక్షించుట చేత ఆవరణశక్తిగలిగెననియు, ఆవరణశక్తిప్రతిబింబమే విక్షేపశక్తియనియు చెప్పుదురు.

 మాయాప్రతిబింబము యీశ్వరుఁ డనఁగ మాయయందు ప్రతి ఫలించిన ఆత్మయందు యీశ్వరుఁడు కలిగెను. అని గ్రహించునది; అట్లే తక్కినవానిని గ్రహించునది. ఆత్మ యనఁగా సగుణబ్రహ్మయని చెప్పుదురు.

మహదహంకారమునందు శబ్దగుణకమగు ఆకాశముకలిగెను. ఆకాశమునందు శబ్దస్పర్శగుణకమగు వాయువుకలిగెను. వాయువునందు శబ్దస్పర్శరూపగుణకమగు అగ్ని కలిగెను. అగ్నియందు శబ్దస్పర్శరూపరసగుణకమగు జలము కలిగెను. జలమునందు శబ్దస్పర్శరూపరసాంధగుణకమగు పృథివికలిగెను. ఆపృథివియందు ఓషధులుకలిగెను. ఓషధులవల్ల అన్నముకలిగెను. అన్నమువలన జీవులువృద్ధిబొందిరి.

 ఈశ్వరునికి సద్యోజాత వామదేవ తత్పురుష అఘోరయీశాన్యములనెదు అయిదుముఖములుగలవు. అందలి యీశాన్యముఖమందు ఆకాశముపుట్టెను. అఘోరముఖమునందు వాయువుపుట్టెను. తత్పురుషముఖమందు అగ్నిపుట్టెను. వామదేవముఖమందు ఉదకము పుట్టెను. సద్యోజాతముఖమందు పృథివి పుట్టెను.

పంచమహాభూతములు తామససమష్టిపంచభూతములని తామసవ్యష్టి పంచభూతములని రెండుసమభాగములుగఁ జేయబడెను.

$$\begin{aligned} \text{పృథివి} &= \frac{1}{2} \quad \text{పృథివి} + \frac{1}{2} \quad \text{పృథివి.} \\ \text{జలము} &= \frac{1}{2} \quad \text{జలము} + \frac{1}{2} \quad \text{జలము.} \\ \text{అగ్ని} &= \frac{1}{2} \quad \text{అగ్ని} + \frac{1}{2} \quad \text{అగ్ని.} \\ \text{వాయువు} &= \frac{1}{2} \quad \text{వాయువు} + \frac{1}{2} \quad \text{వాయువు.} \\ \text{ఆకాశము} &= \frac{1}{2} \quad \text{ఆకాశము} + \frac{1}{2} \quad \text{ఆకాశము.} \end{aligned}$$

ఈ అరభాగములలో మొదటియరభాగములు తామససమష్టి పంచ భూతములు. వానిని వేరుగనుంచి రెండవయరభాగములగు తామసవ్యష్టి పంచభూతములను యొక్కొక్కటి నాలుగుభాగములుగ విభజించునది  $\frac{1}{2}$  పృథివి =  $\frac{1}{8}$  పృథివి +  $\frac{1}{8}$  పృథివి +  $\frac{1}{8}$  పృథివి +  $\frac{1}{8}$  పృథివి.  $\frac{1}{2}$  జలము =  $\frac{1}{8}$  జలము +  $\frac{1}{8}$  జలము +  $\frac{1}{8}$  జలము +  $\frac{1}{8}$  జలము.  $\frac{1}{2}$  అగ్ని =  $\frac{1}{8}$  అగ్ని +  $\frac{1}{8}$  అగ్ని +  $\frac{1}{8}$  అగ్ని +  $\frac{1}{8}$  అగ్ని.  $\frac{1}{2}$  వాయువు =  $\frac{1}{8}$  వాయువు +  $\frac{1}{8}$  వాయువు +  $\frac{1}{8}$  వాయువు +  $\frac{1}{8}$  వాయువు.  $\frac{1}{2}$  ఆకాశము =  $\frac{1}{8}$  ఆకాశము +  $\frac{1}{8}$  ఆకాశము +  $\frac{1}{8}$  ఆకాశము +  $\frac{1}{8}$  ఆకాశము.

ఒకభూతమున కొక పెద్దభాగమును తక్కినభూతముల చిన్న భాగముల నొక్కొక్కటియును కలిసి పంచీకృతమగు భూతమగును. అట్టిపంచీకృత ములగు భూతములతోఁ జేయబడినదియె కరచరణాద్యవయవములతోఁ గనుబడు యీశ్వరము.

పంచీకృతపంచ  
మహాభూతములు } ఆపంచీకృత పంచమహాభూతములు.

ఆకాశము =  $\frac{1}{8}$  ఆకాశము +  $\frac{1}{8}$  వాయువు +  $\frac{1}{8}$  అగ్ని +  $\frac{1}{8}$  జలము +  $\frac{1}{8}$  పృథివి.

ఇందువలన మోహము, లజ్జ, భయము, ద్వేషము, రాగములు కలిగెను. సదాశివుఁడు అధిదేవత. పరాశక్తి.

వాయువు = ౧ ఆకాశము + ౧ వాయువు + ౧ అగ్ని + ౧ జలము + ౧ పృథివి.

ఇందువలన పడియుండుట, చాచుట, ముడుచుట, ఎగురుట,

పరుగెత్తుటలు కలిగెను. ఈశ్వరుడు అధిదేవత. ఆదిశక్తి.

అగ్ని = ౧ ఆకాశము + ౧ వాయువు + ౧ అగ్ని + ౧ జలము + ౧ పృథివి.

ఇందువలన సంగమము, ఆలస్యము, నిద్ర, దప్పిక, ఆకలి

కలిగెను. రుద్రుడు అధిదేవత. ఇచ్ఛాశక్తి.

జలము = ౧ ఆకాశము + ౧ వాయువు + ౧ అగ్ని + ౧ జలము + ౧ పృథివి.

ఇందువలన శుక్లము, రక్తము, చెమట, మూత్రము, ఉమ్మిసరు

కలిగెను. విష్ణువు అధిదేవత. జ్ఞానశక్తి.

పృథివి = ౧ ఆకాశము + ౧ వాయువు + ౧ అగ్ని + ౧ జలము + ౧ పృథివి.

ఇందువలన రోమములు, నరములు, చర్మము, మాంసము,

ఎముకలు కలిగెను. బ్రహ్మ అధిదేవత. క్రియాశక్తి.

తత్త్వములు—యిరువదియైదు.

1. జ్ఞాత — ౧ తమోగుణసంబంధమగు ఆకాశము. ఇదియే సమష్టిభాగము. దీనికిసాధనము జ్ఞానము. జ్ఞానేంద్రియములు కర్మేంద్రియములు అంతరింద్రియములయొక్క విషయవ్యాపారములను ఏ తెలివితేతను తెలిసికొనునో ఆ తెలివితేత అంతఃకరణస్థానమందున జేరి జ్ఞాతయనియు జీవుడనియు జెప్పబడును. వీనికి ప్రత్యగాత్మ, జీవసాక్షి, అంతర్యామి, పరమాత్మ, యనిపేరులు. అధిదేవతకూటస్థుడు విషయము జ్ఞేయము. సాత్వికాకాశమందలి యర్థభాగము ప్రత్యగాత్మాధిదేవతతోగూడి జ్ఞాతయందుజేరి సకలేంద్రియప్రభుత్వము జేయుచున్నది.

2. మనస్సు — ౧ తమోగుణసంబంధమగు ఆకాశము + ౧ తమోగుణసంబంధమగువాయువు. కంఠస్థానము. సాత్వికవాయువులో



సగభాగము చంద్రాధిదేవతతో మనస్సునందు జరిగి సంకల్పించుచున్నది.

జాత.	మనస్సు.	బుద్ధి.	చిత్తము.	అహంకారము.	అకాశపంచకం; అంతరము అంతరిందియములు.
సమానము.	వ్యాసము.	ఉదానము.	ప్రాణము.	అపానము.	వాాయుపంచకం; పంచప్రాణములు.
శ్లోకము.	త్వక్కు.	చక్షువు.	జహ్న్.	ఘ్రాణము.	అగ్నిపంచకం; జ్ఞానేంద్రియములు; మధ్యేంద్రియములు.
శబ్దము.	స్పర్శము.	రూపము.	రసము.	గంధము.	జలపంచకం; పంచతన్మాత్రాలు;
వాక్కు.	పాణి.	పాదము.	ఉపస్థ.	పాయువు.	ప్రతివిపంచకం; కర్మేంద్రియములు; బాహ్యేంద్రియములు

3. బుద్ధి — శ్రీ తమోగుణసంబంధమగు ఆకాశము + శ్రీ తమోగుణసంబంధమగు అగ్ని. ముఖము స్థానము. సాత్వికాగ్నిలో సగభాగము బృహస్పత్యాధి దేవతతోఁ గూడి బుద్ధియందు నిలిచి మనస్సునందలి సంకల్పములను నిశ్చయిస్తున్నది.

4. చిత్తము — శ్రీ తమోగుణసంబంధమగు ఆకాశము + శ్రీ తమోగుణసంబంధమగు జలము. అధిదేవత జీవుడు. నాభి స్థానము. సాత్వికజలములో సగభాగముక్షేత్రజ్ఞాధిదేవతతోఁ గూడి చిత్తమందుఁ జేరి బుద్ధిచేసిన నిశ్చయమును ఆలోచన చేయుచున్నది.

5. అహంకారము — శ్రీ తమోగుణసంబంధమగు ఆకాశము + శ్రీ తమోగుణసంబంధమగు పృథివి. హృదయము స్థానము. సాత్వికపృథివిలో సగభాగము అహంకారముతోఁ గూడి అభిమానించుచున్నది.

“హృది ప్రాణో గుడే పాన స్సమానో నాభిసంస్థితః

ఉదానః కంఠదేశస్థో వ్యాన స్సర్వశరీరగః”

6. సమానవాయువు — శ్రీ తమోగుణసంబంధమగు వాయువు + శ్రీ తమోగుణసంబంధమగు ఆకాశము. ప్రాణాపానముల మధ్యను నాభిస్థానమందుండి భుజించిన భక్త్యభోజ్యచోష్యలేహ్యముల నెడు చతుర్విధాన్నమును జీర్ణముచేసి సప్తధాతువులకు పంచిపెట్టి ధారుణ్యమును కలుగజేయును. రాజసాకాశములో సగభాగము సమానవాయువందఁ జేరి జఠరాగ్నిని ప్రజ్వలిల్లఁజేసి చతుర్విధపదార్థములను పచనము చేయుచున్నది.

7. వ్యానవాయువు — శ్రీ తమోగుణసంబంధమగు వాయువు. ఇదియే సమష్టి భాగము. ఈవాయువు శరీరమందంతను వ్యాపించి

నదై కన్నులు చెవులుకాలిమడమలు పిరుదులుముక్తుయీ  
స్థానములయందుండి ప్రాణాపానవాయు సంచారమును  
గలుగఁజేయును. రాజసవాయుపుటలో సగభాగమువ్యాస  
వాయువందుజేరిలన్న రసమునుసరములకుఁబంచి పెట్టును

8. ఉదానవాయువు— $\frac{1}{8}$  తమోగుణసంబంధమగువాయువు +  $\frac{1}{8}$  తమో  
గుణసంబంధమగుఅగ్ని. ఈవాయువుకంతస్థానమందుండి  
యిష్ట పదార్థములను తినుచు మ్రింగుచు అసహ్యపదార్థ  
ములను వెలుపలికిత్రోయుచు వాగ్విద్రయమందుఁ జేరి  
అకారాది యేబదియక్షరములను బలికించుచు వాంతి  
మొదలగువానిని కలుగచేయు చుండును. రాజసాగ్నిలో  
సగభాగము ఉదానవాయువందుఁ జేరి చాచుట మును  
చుట మొదలగు వ్యాపారములను జేయుచుచు సుషు  
మ్నానాడిద్వారా ఊర్ధ్వముఖవ్యాపనముగలదై జీవునికి  
పుణ్యముచేత మంచిపదవులను పాపముచేత సరకమును  
కలుగఁజేయును.

9. ప్రాణవాయువు— $\frac{1}{8}$  తమోగుణసంబంధ మగువాయువు +  $\frac{1}{8}$  తమో  
గుణసంబంధ మగుజలము.

“ముఖ నాసిక యోర్ధ్వే ప్రాణ స్సంచరతేసదా.”

ఉ తరగీత.

హృదయస్థానమందుండినదై ముక్కువంధ్రములగుండడి  
చ్చాస నిశ్వాసరూపములచేత 21600 హంసలుగా శ్రిం  
చరించును. రాజసజలములో సగభాగము ప్రాణవాయు  
వందుఁ జేరి నోటియందుండి ఉచ్ఛ్వాసము, నాళియం  
దుండిశబ్దమునుగలుగఁ జేయును. ముక్కునందుండిశ్వాస

అను పూరించుట రేచించుటలు జేయును. హృదయమం  
దుండి దగ్గుమొదలుగాఁగల వ్యాధులుగలుగఁజేయును.

10 అపానవాయువు — క్షతమోగుణసంబంధమగు వాయువు + క్షత  
మోగుణసంబంధ మగుపృథివి. మలమూత్రద్వారముల  
యందుండును. రాజసపృథివిలో సగభాగము అపానవా  
యవందుఁ జేరి అధోగమనవ్యాపారము జేయుచు మల  
మూత్రశుక్లములను వెల్లఁద్రోయును.

ఉపవాయువులు.

(1) నాగము — వాక్కునందుండిమాట్లాడించును. వాంతిచేయుచును.

(2) కూర్మము — కన్నులు మూయుట తెరచుటలను చేతులు  
యిచ్చుట పుచ్చుకొనుటల యుగను వ్యాపారములఁ  
జేయుచును.

(3) కృకురము — పాదము స్థానముగాఁ గలదై తుమ్మించును.

(4) దేవదత్తము — ఉపస్థస్థానముగాఁగలదై ఆవలంతలు కలుగఁ  
జేయును.

(5) ధనుంజయము — పాయుస్థానముగాఁగలదై ఘోషించును.

11. శ్రోత్రేంద్రియము — క్షతమోగుణసంబంధ మగుఅగ్ని + క్షత  
మోగుణసంబంధ మగుఆకాశము. సాత్వికాకాశములో  
సగభాగము దిక్కులనేఅధిదేవతతోఁగూడి శ్రోత్రేంద్రి  
యమందుఁ జేరి వివిధశబ్దములను గ్రహిస్తున్నది.

12. త్వగింద్రియము — క్షతమోగుణసంబంధమగు అగ్ని + క్షతమో  
గుణ సంబంధమగువాయువు. సాత్వికవాయువులో సగ  
భాగము వాయువు అను అధిదేవతతోఁగూడి త్వగింద్రి  
యమందుఁ జేరి స్పర్శలను గ్రహిస్తున్నది.

13. చక్షురింద్రియము— $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగులగ్ని. ఇదియె సమప్తిభాగము. సాత్వికాగ్నిలో సగభాగము నూర్జ్వలము అధిదేవతతోఁగూడి రూపములను జూచుచున్నది.
14. జిహ్వేంద్రియము— $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగులగ్ని +  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగుజలము. సాత్వికజలములో సగభాగము వరుణులను అధిదేవతతోఁగూడి సప్తవిధరసగ్రహణమును జేయును.
15. ఘ్రాణేంద్రియము— $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగులగ్ని +  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగువృధివి. సాత్వికవృధివిలో సగభాగము అశ్వినులు అనుఅధిదేవతలతోఁగూడి వాసనలను గ్రహించును.
16. శబ్దము— $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగుజలము +  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు ఆకాశము. శోత్రము స్థానము.
17. స్పర్శము— $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగుజలము +  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు వాయువు. త్వక్కు స్థానము.
18. రూపము— $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగుజలము +  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు అగ్ని. నేత్రము స్థానము.
19. రసము— $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగుజలము. ఇదియె సమప్తిభాగవిషయము మాధుర్యముగానుండుట. జిహ్వ స్థానము.
20. గంధము— $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు జలము +  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగువృధివి. ఘ్రాణేంద్రియము స్థానము.
21. వాగింద్రియము— $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగువృధివి. +  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు ఆకాశము. రాజసాకాశములో సగభాగము సరస్వతీయను అధిదేవతతోఁగూడి మాటలను పలికిస్తున్నది.

22. పాణేంద్రియము —  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు పృథివి +  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు వాయువు. రాజసవాయువులో సగభాగము ఇంద్రియము అధిదేవతతోఁగూడి దానములను చేయుచున్నది.

23. పాదేంద్రియము —  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు పృథివి +  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు అగ్ని. రాజసాగ్నిలో సగభాగము ఉపేంద్రియములను అధిదేవతతోఁగూడి గమనములు చేయుచున్నది.

24. ఉపస్థేంద్రియము —  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు పృథివి +  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు జలము. రాజసాగ్నిలో సగభాగము బ్రహ్మ అధిదేవతతోఁగూడి విషయానందములను గలుగఁజేయుచున్నది.

25. పాయురింద్రియము —  $\frac{1}{2}$  తమోగుణసంబంధమగు పృథివి. ఇదియె సమస్తే భాగము. రాజసపృథివిలో సగభాగము మృత్యువు అను అధిదేవతతోఁగూడి మలవిసర్జనముచేయుచున్నది.

జ్ఞాతమనోబుద్ధి చిత్తాహంకారంబులే అంతరింద్రియములు.

సమానవ్యానోదానప్రాణానానంబులే పంచప్రాణంబులు.

శ్రోత్రోత్పక్వక్షుర్జిహ్వఘ్రాణంబులే జ్ఞానేంద్రియంబులు.

శబ్దస్పర్శరూపరసగంధంబులే పంచతన్మాత్రలు. పంచవిషయంబులు

వాక్పాణిపాదపాయూపస్థంబులే కర్మేంద్రియంబులు.

ఈయిరువదియైదునుగూడి స్థూలశరీరంబని చెప్పఁబడును.

జ్ఞాతకూటస్థేంద్రియముల అధిదేవతచేత బ్రోహిపిపఁబడి సమానవాయువుతోఁ

గూడి శ్రోత్రేంద్రియద్వారా శబ్దములను గ్రహించుచు వాక్కుచేత పలుకుచుండును.

జ్ఞాత మనోరూపుడై చంద్రాధిదేవతచేతఁ బ్రేరేపింపఁబడి ష్యానవా  
యువుతోఁగూడి త్వగింద్రియద్వారా స్పర్శలనుగ్రహిం  
చుచు పాణింద్రియముద్వారా దాన ప్రతిగ్రహములను  
చేయుచుండును.

జ్ఞాత బుద్ధిరూపుడై బృహస్పత్యాధిదేవతచేతఁ బ్రేరేపింపఁబడి ఉదాన  
వాయువుతోఁగూడుకొని చక్షురింద్రియద్వారా రూప  
ములను గ్రహించుచు పాదేంద్రియముచేత గమనాగ  
మనంబులు చేయుచుండును.

జ్ఞాత చిత్తరూపుడై క్షేత్రజ్ఞాధిదేవతచేతఁ బ్రేరేపింపఁబడి ప్రాణవా  
యువుతోఁగూడుకొని జిహ్వేంద్రియద్వారా రసములను  
గ్రహించుచు గుహ్యేంద్రియద్వారా మూత్రవిసర్జనము  
శుక్ల శోణితముల విసర్జనముచేయుచు సంభోగములయం  
దానందించుచుండును.

జ్ఞాత అహంకారరూపుడై రుద్రాధిదేవతచేతఁ బ్రేరేపింపఁబడి అపాన  
వాయువుతోఁగూడుకొని ఘ్రాణేంద్రియద్వారా గంధ  
ములనుగ్రహించుచు పాయురింద్రియద్వారా మలమును  
విసర్జించుచుండును.

జ్ఞానేంద్రియములు కర్మేంద్రియములు పంచప్రాణములు మనోబుద్ధులు  
యీ పదునేడింటితోఁగూడినది సూక్ష్మశరీరంబు. జ్ఞాతయే కారణశరీ  
రంబు సూక్ష్మశరీరంబునకు పందొమ్మిదితత్వంబులని కొండలు చెప్పె  
దరు. పైనఁజెప్పఁబడినపదనాడును చిత్తాహంకారంబులు రెండునుగూడి  
పందొమ్మిది యగును.

అని చెప్పుదురు. ఇందు జాగ్రదవస్థ; విశ్వుఁడభిమాని;  
అన్నమయకోశము.

“పంచీకృత మహాభూత సంభవం కర్మసంచితమ్  
శరీరం సుఖదుఃఖానాం భోగాయ తనముచ్యతే”

పంచీకరణము చేయఁబడిన పంచమహాభూత  
ములవల్ల నేగుపడి ఆగామిసంచిత ప్రాకృతములు  
గలిగినట్టి స్థూలశరీరమే సుఖదుఃఖానుభవమున  
కునికిపట్టు.

దీనిని పొందిన బ్రహ్మవేత్తకు ఓత యని చెప్పుదురు.

సూక్ష్మశరీరము—

“పంచప్రాణ మనోబుద్ధి దశేంద్రియ సమన్వితం  
ఆపంచీకృతభూతోత్థం సూక్ష్మాంగం భోగసాధనమ్”  
సమానన్యాయోదానప్రాణాపానంబుల నెఱు పంచప్రాణం  
బులును మనోబుద్ధులును శ్రోత్రోత్పక్షక్షుర్జిహ్వఘ్రా  
ణంబులనెఱు జ్ఞానేంద్రియంబులును వాక్పాణి పాదపా  
యాశ్శలనెఱు కర్మేంద్రియంబులును యీపదునేడిం  
టితోఁగూడినదియు అపంచీకృత పంచమహాభూతముల  
వల్ల యేర్పడినదియునగు సూక్ష్మశరీరము సుఖదుఃఖముల  
ననుభవించుటకు సాధకము. దీనిని పొందిన యీశ్వ  
రునకు హిరణ్యగర్భుఁడనియు బ్రహ్మవేత్తకు అనుజ్ఞాత  
యనియుఁ బేరులు. ఇందు స్వప్నావస్థ; తైజసుఁడభి  
మాని. ప్రాణమయ మనోమయ కోశంబులు.

కారణశరీరము—మలినసత్వరజస్తమోగుణాత్మకమైన యవిద్యయే

కారణశరీరము. మహాదహంకారమే కారణశరీరము.




“అనాద్యవిద్యానిర్వాచ్యా కారణోపాధిరుచ్యతే  
ఉపాధితీతయాదన్య మాత్మానమవధారయేత్”

వాక్కు... చేతఁ జెప్పనలవికానిదియును అదిలే  
నిదియు నగునజ్ఞానమే కారణశరీరము. అశ్మ  
నుయూమూఁడు శరీరములకు విలక్షణముగా  
తెలిసికొనునది.

దీనినిపొందిన యీశ్వరునకు అవ్యాకృతుఁడనియు బ్రహ్మ  
వేత్తకు అనుజ్ఞైకరసుఁడనియుఁ బేరులు. విజ్ఞానమయ  
ఆనందమయకోకింబులు.

మహాకారణము—తుర్యావస్థ, కూటస్థుఁడభిమాని, మలినరహితమైన  
శుద్ధమనస్సే మహాకారణశరీరము. దీనినిపొందిన యీశ్వ  
రునకు పరమాత్మయనియు బ్రహ్మవేత్తకు అవికల్పుఁడని  
యుఁ జెప్పుదురు. ఈమహాకారణ శరీరమందుండువానికే  
శరీరత్రయవిలక్షణుఁడనియు అవస్థాత్రయసాక్షియనియు,  
సర్వసాక్షియనియుఁ జెప్పుదురు. హిరణ్మయకోశము. ఈ  
శరీరరహితమందు సాక్షిత్వముగూడనుబోయి పరబ్రహ్మ  
మందైక్యమగును. అదియ తుర్యాతీతము.

N. B. —మలినరహితమైన శుద్ధమనస్సు మహాదహంకారముతో  
కలిసినప్పుడు దానికి మనస్సనియు జీవుఁడనియు చెప్పుదురు.

 సాక్షిత్వమున్నంతవఱకు నాలుగవశరీరమగు మహాకారణ  
శరీరమున్నది. అది సాక్షిగానుండును. ఈసాక్షిత్వముపోయి, యైక్యమై  
నప్పుడా శరీరముగూడఁ బోయి పరబ్రహ్మస్వరూపము లేక పరిపూర్ణ  
మగును. దీనినే యచలమనియుఁ జెప్పుదురు.

జహల్లక్షణము—ఒకదానిని వదిలి మఱియొకదానిని తీసికొనుట.

అజహల్లక్షణము—ఒకదానికి తోడు మఱియొకదానిని తీసికొనుట.

జహదజహల్లక్షణము—తనకుండిన దానిలో కొంత భాగమును వదిలి

కొంతభాగమును తీసికొనుట

శ్రీవణము—సద్గురువులవద్దఁ జేరి వేదాంతశాస్త్రములవినుట.

మననము — పెద్దలవలనఁ దెలిసికొనినదానిని మనసునందు చింతనము చేయుట.

నిధిధ్యాస—ఆ మననమువలన కలిగిన ప్రజ్ఞానమును నిష్ఠ చేయుట.


పంచాగ్నులు—జ్ఞానాగ్ని భూమిధ్యమందు ఆత్మయను పదమందును,  
కాలాగ్ని పాదములయందు అహం యనుపదమందును,  
క్షుధాగ్ని నాభియందును,  
శీతాగ్ని హృదయమందును,  
కోపాగ్ని నేత్రమందునుండును.

## అవసరము

1. జాగ్రత్—శ్రీతత్వక్షత్తుర్జ్జిహ్వాఘ్రాణంబులనెడు జ్ఞానేంద్రియంబులు పాక్షాణిపాదపాయూపస్థలనెడు కర్మేంద్రియంబులు మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారంబులనెడు అంతరింద్రియంబులు యీపదునాలుగింద్రియ విషయమాలతోఁగూడి ఆత్ముండు పరాశక్తిసహితుండై సుఖదుఃఖముల నెరింగెడిది జాగ్రత్. నేత్రస్థానము ఇంద్రియములచేత సమస్త పదార్థములను తెలియడమే జాగ్రదవస్థ. దీనిని అభిమానించుకున్న జీవుఁడు విశ్వుఁడనియు, చిదాభాసుఁడనియు వ్యావతారికుఁడనియు, మూఁడువిధములుగఁజెప్పబడును.

“నేత్రస్థం జాగ్రతం విద్యాత్మంతే స్వప్న సమావిశేత్  
సుషుప్తి హృదయస్థంతు తురీయం మూర్ధ్నివస్థితమ్”

2. స్వప్నము:—ఆపదనాలుగింటిలో ఆత్మకు కంఠస్థానమునకు వచ్చి నప్పుడు కన్నది స్వప్నము. జాగ్రదవస్థయందు అనుభవింపఁబడిన పదార్థములు జ్ఞాపకమునకు రావడమే స్వప్నము. దీనిని అభిమానించుకొనిన జీవునకు తైజసుఁడనియు, స్వప్నకల్పితుఁడనియు, ప్రాతిభాసికుఁడనియు మూఁడువిధములుగఁ జెప్పఁబడును.

 జాగ్రత్స్వప్నములయందు రాగ ద్వేష కామ కోప లోభ మోహ దంభ దర్ప మద మాత్సర్య ఈర్ష్య అసూయ అహంకార యిచ్చ భక్తిశ్రద్ధ సుఖ దుఃఖంబులు కలుగును.

3. సుషుప్తి:—అంతఃకరణలో చిత్తాహంకారంబులను విడచి మనోబుద్ధి లతో ఆత్మకు హృదయమునకు వచ్చినప్పుడు సుషుప్త్యవస్థ. ఇంద్రియములన్ని అవిద్యలో కలియడమే సుషుప్త్యవస్థ. జ్ఞానేంద్రియములు కర్మేంద్రియములు వ్యాపారశూన్యములైనపుడు నిద్రించుచున్నాడని చెప్పుదురు. ఇదియసుషుప్త్యవస్థ. దీనిని అభిమానించుకొనిన జీవునికి ప్రాజ్ఞుఁడనియు, అవిచ్ఛిన్నుఁడనియు, పారమార్థికుఁడనియు బేరులు.

4. తుర్యము—ఈలవస్థయందుకనినది ఏవారికిని చెప్ప లేనిదే తుర్యంబు. స్థానము మూర్ధ్ని. దేవుడు గలఁడనెడి ఆస్తిక్యబుద్ధి గలిగి నిత్యానిత్యవస్తువివేకజ్ఞానము గలిగి యుండుటయే తురీయము.

5. తుర్యాతీతము:—ఆత్మకు ఒక్కఁడై మూలాధారంబునకు వచ్చినప్పుడు తన్ను దానుమఱచి పరమానందసుఖస్వరూపము

ననుండి యథాప్రకారంబునదిరుగు. ఇదియలమనస్కంబు  
ఈ అవస్థాపంచకమార్గంబు యోగియెరుంగు. దీనికే  
ఉన్మయవస్థయ నియు చెప్పుదురు.

## పంచకోశములు

కోశము=కత్తిని ఒరయును, పిండమును మావియును, కప్పియున్నట్లు  
కప్పెడునదియే కోశము. సంచియని చెప్పుదురు.

### 1. అన్నమయకోశము:—

“అన్నవికార శుక్లశోణితజన్య షడ్భావవికారసహితం

అన్నేనైవ నధఃమానం ఇదం స్థూలశరీర మన్న మయకోశః”

అన్నమువలనఁబుట్టి అన్యమువలననే వృద్ధిబొంది శుక్లశో  
ణితములవలనఁ గలిగిన ఉండుట పుట్టుట పెరుగుట మా  
ఱుట చిక్కుట నశించుట యను నాఱుభావవికారములు  
గలదై స్తంభమువలె స్థూలమై ప్రత్యక్షముగ కరచరణా  
ద్యవయవములతోను త్వక్చర్మమాంసదుధిరమేదోస్థిమజ్జ  
లనెడు సప్తధాతువులతోను గూడినదై సమస్తప్రాణి  
కోటికి కనుబడిస్థూలశరీరమే అన్నమయకోశము. స్థూల  
శరీరము జన్మమునకంటె పూర్వమందును మరణమునకుఁ  
బరమందును లేదు. ఆత్మ యెల్లప్పుడు కలదు గనుక  
యిది యాత్మకాదు. మాతాపితృలయొక్క సంయోగ  
మువలన కలిగి లయమగుచున్నది గనుక యాత్మకాదు.

### 2. ప్రాణమయకోశము:—

“ప్రాణాదిపంచకంప్రాణమయః కర్మేంద్రియైర్మయతమ్”

సమానవ్యాసోదానప్రాణ అపానంబు లనెడు పంచప్రా  
ణములువాక్పాణిపాదపాయూపస్థలనెడు కర్మేంద్రియం

బులు నాగ కూర్మ కృతురదేవదత్త ధనుంజయులనెడు ఉప  
వాయువులును గూడి ప్రాణగుయకోశమనంబడు. ఇది  
ఘటములవలెనే జడస్వభావముగలిగి తుత్పిపాసలతోను  
రజోగుణ అహంకారంబులతోను గూడుకొని యున్నం  
దన యాత్మకాదు.

3. మనోమయకోశము:— హంసస్వరూపంబగు పాణివాయువునందు  
మనసునిల్చుగాను మనోమయకోశమగును.

“జ్ఞానేంద్రియైర్మనోయుక్తం మనోమయ ఇతీరితః”  
మనస్సు, శ్రోత్రత్వక్షుర్జిహ్వహ్రీణేంద్రియంబులు  
అనెడి జ్ఞానేంద్రియములైదును జేరి మనోమయకోశ  
మగును. నేననెడి అభిమానముగల మనస్సు జడముగనుక  
మనోమయకోశము ఆత్మకాదు. ఇందు కామకోధ  
లోభ మోహ మదమాత్సర్యములును వికారములును  
గలవు. కామకోధాదివృత్తులు ఒకప్పుడుండి యొకప్పుడు  
లేకపోతున్నవి గనుక యిది యాత్మకాదు. సుషుప్తి  
లోజడమైపడియుండి అహంకారముతో గూడుకొనియు  
న్నది గనుక యాత్మకాదు.

4. విజ్ఞానమయకోశము:— ఆమనస్సుచేత జ్ఞానమెరిగి ధ్యానమననాది  
వృత్తి కలిగినప్పుడే విజ్ఞానమయకోశము.

“బుద్ధిజ్ఞానేంద్రియైర్మనోయుక్తం విజ్ఞానమయకోశమ్”  
బుద్ధియును శ్రోత్రత్వక్షుర్జిహ్వహ్రీణంబులనెడు జ్ఞా  
నేంద్రియంబులైదును గూడి విజ్ఞానమయకోశము. ఈ  
కోశమందు విద్యామదమును తద్వారామహదహంకా  
రమును గలవు గనుక యిదియాత్మకాదు. చిచ్ఛక్తితో

గూడుకొని యుండే బుద్ధివృత్తి జాగ్రత్స్వప్నముల  
యందుఁ బరిణమిస్తున్నందున యిది యాత్మకాదు.

5. ఆనందమయకోశము:— అజ్ఞానమందు పరమానందమును పొంది  
నాను అనెడిదియే ఆనందమయకోశము. మలినసత్త్వరజ  
స్తమోగుణా త్రికమైనయవిద్యయే ఆనందమయకోశము  
“ప్రియమోద ప్రమోదవృత్తిమదజ్ఞానప్రధాన  
మంతఃకరణం ఆనందమయకోశ ఇత్యుచ్యతే”  
ప్రియము మోదము ప్రమోదము అనెడువృత్తులతోఁ  
గూడిన యజ్ఞానమే ప్రధానముగాఁగల యంతఃకరణమే  
ఆనందమయకోశము.

ప్రియము = పదార్థమును జూచినమాత్రమున  
కలుగు సంతోషము.

మోదము = తనకు లభించిన పిమ్మట కలిగిన  
సంతోషము.

ప్రమోదము = అనుభవించిన పిమ్మట కలిగిన  
సంతోషము.

ఈకోశము ఘటమువలె జడమయినదిగనుక యాత్మకాదు

**అజ్ఞాన** తాత్పర్యముచేత పాపనిభయమును బొందినవానికి విచారణ  
చేత భయముదీరి సంశయమురహితమయినటుల శ్రవణమహాననిదిత్యాసల  
చేతను నిత్యానిత్యవస్తువివేకవిచారణచేతను పంచకోశములు రహితమై  
సర్వసాక్షియగు ఆత్మహితార్థయకోశమందున్నట్లు తోచఁబడును. ఆహి  
రణ్యయకోశమునుదాటి అమృతస్కంభయినచో సాక్షిత్వముగూడబోయి  
పరబ్రహ్మమందైక్యముగను అప్పుడు నిర్గుణసాక్షాత్కార పరబ్రహ్మస్వ  
రూపము దప్పు అన్య మేమియు లేదు. చెప్పేవారును లేరు చూచునది  
చూడఁబడునదియును లేక సమస్తము పరబ్రహ్మస్వరూపమగును.

~~ప్రణవ~~ ఈకోశములు యొక్కటాకటిగా యంతరముగానుండును. అన్న మయకోశంబున కంతరముగా ప్రాణమయకోశంబును, ప్రాణమయకోశంబున కంతరముగా మనోమయకోశంబును, మనోమయకోశంబున కంతరముగా విజ్ఞానమయకోశంబును, విజ్ఞానమయకోశంబున కంతరముగా ఆనందమయకోశంబును ఆనందమయకోశంబునకంతరముగా హిరణ్మయకోశంబును గలవు. హిరణ్మయకోశముయొక్క నాశనమప్పుడు రూపనా మక్రియారహితమును ఆవరణరహితమును అగులచలపరిపూర్ణమే నిలచి యుండును.

## ప్రణవవిషయము.

ఓం=అ+ఉ+మ్.

శ్లో॥ ప్రథమం తారకం చైవ ద్వితీయం దండముచ్యతే  
తృతీయం కుండలాకారం చతుర్థం చార్ధచంద్రకమ్  
పంచమం బిందుసంయుక్తం ఓమితి జ్యోతిరూపకమ్.

ప్రణవము అక్షరత్రయంబై మంత్రత్రయంబై నాదబిందుకళా త్తకంబై సృష్టిస్థితిలయకారణభూతంబై విరాటూన్మతాత్త అంతర్యామి భావంబై శక్తిత్రయంబై యుండు.

అకారము—పీతవర్ణము, రజోగుణము, స్థూలదేహము, ఋగ్వేదము, నాదము, బ్రహ్మ, జాగ్రదవస్థ.


ఉకారము—శుక్లవర్ణము, సత్వగుణము, సూక్ష్మదేహము, యజుర్వేదము, బిందువు, విష్ణు, స్వప్నావస్థ.

మకారము—కృష్ణవర్ణము, తమోగుణము, కారణదేహము, సామవేదము, కళ, మహేశ్వరుడు నుషుప్త్యవస్థ. ఈస్థితియందు యోగి బ్రహ్మస్వరూపమును తనయందే కనుగొనును.

ఓంకారము—శుద్ధసాత్వికగుణము, మహాకారణదేహము, అధర్వణవేదము, సర్వసాక్షి, తుర్యావస్థ. దీనికే అర్థమాత్మకయనియు చెప్పదురు.

[ప్రణవము అవాఙ్మానసగోచరము, అవాచ్యము. తుర్యాతీతము. ఉచ్చారణలేదు.]

శ్లో! అకారార్థోవిష్ణుర్జగదుదయరక్షాపాలయకృత్ |  
మకారార్థోజీవస్తదుపకరణం వైష్ణవమిదమ్ |  
ఉకారో నన్యార్హం నియమయతి సమృద్ధమనయోః |  
త్రయీసారస్త్వైత్తా ప్రణవశ్చ మర్థం సమదిశత్ ||

 ప్రణవమందలి మూడు అక్షరములే మూడు వేదములనియు మూడు సంధ్యలుఅనియు, మూడు గుణములనియు చెప్పదురు.

## ఆ శ్రీ మ ము లు.

బ్రహ్మచర్యము గార్హస్థ్యము వానప్రస్థము సన్యాసముఅని ఆశ్రమములు నాలుగు విధములు.

1. బ్రహ్మచర్యము—బ్రాహ్మణుడు ఉపనయనము అయినతోడనే నిత్యమును ప్రాతఃకాలమున స్నానముచేసి గురువును ఆశ్రయించి వేదమును అభ్యసించుచు అగ్నియందు సమిధాధానముచేయుట, నేలనిద్రించుట, భిక్షుమెత్తుట, గురుశుశ్రూషలుసేయుట మొదలుగాఁగల పనులుచేయుచు శిష్యాభ్యాసోపసేతులను మాంస కృష్ణాజన దండ కమండలధరుడై వేదాధ్యయనాది సత్కర్మ సహితుడై స్త్రీసంచారస్థలవర్జితుడై గురుగృహవాసుడై క్షౌరాదికర్మరహితుడై యుండవలయు. సర్వకాల సర్వావ



స్థలయందును బరబ్రహ్మచింతన కలిగి యుండువలయును. బ్రహ్మచర్యము=సతిని గూడకపోవుట అని యర్థము చెప్పెదరు. శిఖండికీభార్యలేదు, సతినిగూడుటలేదు. కావున దానిని బ్రహ్మచారియని చెప్పవలయును. అందువల్ల దానికిని ముక్తియుండువలయును. అట్లుముక్తిలేదు కాబట్టి బ్రహ్మచర్యమున కది యర్థముకాదు. బ్రహ్మచర్యమనగా బ్రహ్మపదార్థమందలి గమనముకలిగియుండుట. పరబ్రహ్మస్వరూపావలోకనమందు సడనడికగలవాడు బ్రహ్మచారి.

2. గృహస్థాశ్రమము—గృహము అనగా భార్య. అది గలిగిన ర్థించువాడు గృహస్థుడు.

“స్నానం సంధ్యాజపోహోమస్వాధ్యా యోదేవపూజనమ్  
ఆతిథ్యం వైశ్వదేవంచ సత్కర్మాశీది నేది నే”

స్నానము, సంధ్య, జపము, హోమము,  
స్వాధ్యాయము, దేవతపూజ, ఆతిథ్యము,  
వైశ్వదేవము, అనెడు సత్కర్మములను  
నిత్యము చేయవలయును.

గృహస్థాశ్రమమునందున్నవాడు ఆతిథి వాకిటవచ్చియుండగా యోతప్రియమైన వస్తువునైనను అతనికి బెట్టక భుజింపగూడదు. ఆతిథిపూజలను జేయవలయును.

“ఆతిథి ద్వారతిష్ఠంతి అపోగృహ్లాంతి యేనరాః

అపోశనంసురాపానంఅన్నంగోమాంససన్నిభమ్”

ఆతిథి=ప్రతిదినమురాక ఒక కాలమందుమాత్రమువచ్చువాడు. బ్రతికియుండిన కాలమందే దానధర్మములుచేయ

\* వలయును. చచ్చినవెనుక ధనము తమతోటిరానేరదు. అట్టి దానియందు ఆశపడి మోసపోయినవారై తాము కడుపారదినక చేతులారనొకరికిఁబెట్టక గణించెదరు. తుదకు దొంగలుపాలుకాని రాజులపాలుగాని యగును.

“అనిత్యానిశరీరాణి విభవోనైవశాశ్వతః

నిత్యంసన్నిహితోమృత్యుఃకర్తవ్యంధర్మసంగ్రహః”  
శరీరము లనిత్యములనియు ఐశ్వర్యము శాశ్వతముకాదని యు మృత్యువ వెంటనున్నదనియు తెలిసికొని దానధర్మములు చేయుచుండవలయును.

“నాన్నోదకసమందానం ద్వాదశ్యాఃసపరంవ్రతం

నగాయత్యాఃపరంమంత్రం నమాతుదేవతంపరం”

ఆకలి కొనినవారికిఁ: అన్నముబెట్టి తృప్తిపరచవలయును దిక్కులేక చచ్చినవారికి అగ్నిసంస్కారాదికర్మలు నడుపుచు అభ్యాగతులైనయతులకు భిక్షచేసి యర్పించుట చేతను దరిదురికకు కావలసిన ద్రవ్యము మొదలగునవి శక్తికొలదిఱుచ్చి యాదరించుటచేతను వారలకుతృప్తినికలుగఁజేయుచు ఆతుమలై : వచ్చిన సన్యాసులకు అన్నమును ఉండుటకు దగినతావును యిచ్చి వారలకు తృప్తిని గలుగఁజేయు చుండవలయును. అగ్నిహోమాదులైన యజ్ఞకర్మచేత దేవతలను శ్రాద్ధములచేత పితృదేవతలను మృష్టాన్నభోజనాదులచేత అతిథులను ఆపులను తృప్తి నొందించవలయును.


జన్తయైత్తినందుకు పరోపకారమే ముఖ్యము.

“పరోపకారాయఫలఃతివృత్తాః పరోపకారాయవహంతినద్యః

పరోపకారాయచరంతిగావఃపరోపకారార్థమిదంశరీరమ్”

అష్టభోగములు:—


దాసో భృత్య స్సృతో బంధు ర్వస్తు వాహన మేవచ  
ధన ధాన్య సమృద్ధిశ్చ పృష్టభోగాః ప్రకీర్తితాః॥

 అగ్ని హస్తాత్రి వైశ్వదేవాదులచేత దేవతలఋణమును, వేదాంతార్థములను దెలిసికొనుటచేత ఋషిఋణమును, పుత్రోత్పత్తిచేత చిత్రఋణమును దీరును.

3. వానపస్థము:— తానుముసలివాడై తనకుమారునికి బుత్తోత్పత్తి కలిగినపిమ్మట భార్యనుపుత్రునియొద్దనుంచియైనను లేక ఆమెకు తన వెంటరానిప్తమైనయడల భార్యతో నైనను వనమునకుఁబోయి నివసించి పర్ణశాలయైనను పర్వత గుహయైనను ఆశ్రయించి మంచు గాలి వర్షము ఎండ అగ్నివలనిబాధలను సహించుచు జరా రోగంబులచేతఁ జిక్కి సమర్థుండుగాని సమయంబున నితశనవృత్తుండై పంచాగ్నుల నాత్మారోపణంబుఁ జేయుచు జితేంద్రియుండై యుండవలయును. ఈఆశ్రమమందు 12 సంవత్సరములుండవలెను. అట్లుకానియెడల యెనిమిదైనా నాలుగైనా రెండైనా ఒకసంవత్సరమైనా యుండవలయును. పిమ్మట సన్యాసాశ్రమమును స్వీకరింపవచ్చును.

4. సన్యాసము— భార్యను వదిలినటువంటివాడై ఏకాకియైతలవెండుకలు గోరు మీసము వీనినిక్షౌరముచేసికొని త్రిదండము కమండలము సారకాయబుర్రవీనినిధరించిజితేంద్రియుండై యొక్కచోటనుండక స్థిరబుద్ధి గలవాఁడుగాను బ్రహ్మచింతగలవాఁడుగాను దేశసంచారముచేయుచు సర్వసంగములనువిడిచి భుజించినచోట శయనింపక శయనించిన

చోటభుజింపకవిచ్చలవిడిగా జరించుచు దేహవసానము నకేమరుచూచుచుండవలయును. ప్రాణమును కాపాడు గొనుటకుమాత్రము మితాహారమును భుజించవలెను. నిత్యము 12000 ప్రణావము జపముచేయవలయును.

 త్రిదండములు—ఎవఁడయి తే మనోవాక్కాయము లపాపకృత్యములు చేయక మనస్సును స్వాధీనముచేసికొనునో ఆతండేమూఁడు దండములు ధరించిన సన్న్యాసి. బాహ్య మునకు త్రిదండములు ధరించుటకాదు.

*There should be perfect control over one's own mind.*

“మహాపాతకినశ్చైవ శేషాశ్చ కార్య కారిణః


తపనైవసుతప్తేన ముచ్యతే కిల్బిషాత్తతః॥

పంచమహాపాతకములైనను తపస్సుచేత నివర్తి  
యగుచున్నవి.

పంచమహాపాతకములు — బ్రహ్మహత్య, కల్లుత్రాగుట,  
బాగారముదొంగిలించుట, గురుభార్యనుపొందుట, ఈన  
లుగురిలో నెవరితోనైన గూడియుండుట,

తే కల్లుద్రావుట గురుపత్ని గవయుటయును  
విప్రుజంపుట బ్రహ్మస్వవిషయమయిన  
ముచ్చిమియు నివిగలిగిన క్రూరజనులఁ  
బ్రీతిబొందుటయును మహాపాతకములు.

భారతము.

 అజ్ఞానముచేత చేయబడిన మహాపాతకములే తపస్సుచేత నివర్తి  
యగునుగాని సంకల్పముచేత తెలిసిచేయబడిన పాపములు నివ  
ర్తికానేరవు. విజ్ఞానమువలన మహాపాపములయినను నశించును.

గాని తెలిసిచేసిన పాపములకు నివర్తి లేదు. తెలియకచేసిన బ్రహ్మహత్య, గోహత్య, స్త్రీహత్య, శిశుహత్య మొదలగు మహాపాపములు కూడ నశించును. ఈసంగతిని మూఢు లెఱుంగక భంగపడి అంగ లార్చుచున్నారు.

విశ్వామిత్రుడు వినయముచేత బ్రాహ్మణత్వమును జూందెను. తలఁ బోడిచేయించుకున్నంతమాత్రముననే సన్యాసమని చెప్పేయడల భర్తచనిపోయిన విధవలకందరికిని ముక్తియని చెప్పవలయును. అట్లు చెప్పటకు వీలులేదు. సంకల్పరాహిత్యముగాని సన్యాసి నీటియందు నేలి బొట్టువలెనే విషయములలో ముఱిగిపోవును. రాగలభలమునుకోరకయే కర్మనుచేయుట సన్యాసము. సంకల్పరాహిత్యమే అసంగము.

“జన్మదుఃఖం జరాదుఃఖం జాయాదుఃఖం పునఃపునః  
సంసార సాగరందుఃఖం తస్మాజ్జాగ్రత్ జాగ్రత్.”

పుట్టుకయును ముదిమియును భార్యయును దుఃఖములకు కారణములని గుర్తెరిగి నిత్యానిత్యవస్తువివేకముగలిగి సంసారసాగరమును దాటుటకు మార్గమును పెద్దలవలనఁ దెలిసికొనజాలక కపటసన్యాసులు తనభార్యలనువదలి పరదారలను పరధనమును గ్రహింపఁగోరి తమలోని కపటమును తెలియనీయక తిరుగుచుండఁగ వారినిజూచినిరాశకులు గదాయని పూజించుదురు. గురుగింజదాని ముక్కనందు నలుపుగలిగి యుండునీటిని కపట సన్యాసులు వెలుపలికి యోగ్యులవలెనే కనుబడుదురు. సహజామనస్కు రాజయోగులును బ్రహ్మనిష్ఠాగరిష్ఠులును అగు పెద్దలు దొరకుట దుర్లభము అట్టి పెద్దలు లభించినను శిష్యునియొక్క అనేక జన్మములయందు చేసినపాపమువలన కపటసన్యాసులుగానే కనుబడుదురు. అనేకజన్మార్జితపుణ్యమువలననే నిజమైన పెద్దలని తెలియగలదు కోటికి ఓంకాయదొరికినను మధురమును గ్రహించలేదు. పంపఁడురంభ

సరసనున్నను రతిక్రీడలనుఖమును దెలిసికొనజాలడు. ఆపుచంటికిపిణుడు  
లుకప్పియుండి రక్తమును పీల్చునోగాని క్షీరమునుత్రాగిమధురమును గ్ర  
హించలేవు. అట్లే పెద్దల సాన్నిధ్యమందున్నను శిష్యుడు పాపకూపార  
మునఁ బడియుండుటవలన వ్యక్తికలుగదు.

సన్యాసము మూడు విధములు:—

1. మందము:—సంసారమందలి యుపద్రవములకు నోర్వ  
లేకుండుటచేత సన్యసించును.

2. తీవ్రము:—కర్మయబద్ధమని విడిచినవాడు.

(1) కుటీచకము:—భూసంచారము చేయుటకు

శక్తిలేక గ్రామమందునగాని నదీతీరమం  
దుగాని పల్లెయందుగాని పట్టణమందు  
గాని మఠము గట్టుకొని ఉదరపోషణ  
ముగా భోజనము చేయుచు కాషాయ  
వస్త్రము దండకమండలము ధరించియుం  
డువాడుకుటీచకసన్యాసి. కర్మలనువిడిచి  
పుత్రునియొద్దనేభిక్షును తీసుకొనుచుయిం  
టివద్దనే యుండుట. ఇందుభుక్తిసుఖమే  
గాని ముక్తిలేదు.

(2) బహుదకము:—గంగగోదావరికృష్ణకావే

రిమొదలగు పుణ్యతీర్థములయందు స్నాన  
ముచేసికొనుచు అయోధ్య మధుర కాశి  
కంచి అవంతికపూరి ద్వారక మొదలగు  
పుణ్యస్థలముల దర్శించుచు సంచారము  
నకు శక్తికలిగియుండువాడు. తీర్థయా  
త్రాల ఫలమేగాని ముక్తి లేదు.

3. తీవ్రతరము:—

(1) హంస — అర్చిరాదిమార్గములచేత సూర్య  
లోకమునుపొంది తద్వారాబ్రహ్మలోక  
ము జేరి యచ్చుబ్రహ్మవిచారణచేసి పర  
బ్రహ్మమందై కృతమగును.

(2) పరమహంస — జ్ఞానభూమిక లేడింటిలో  
మొదటిమూడు భూములలో నేయుండి  
మృతినొందినస్వర్గలోకములయందు దేవ  
తలచేతపూజింపఁపడి “శ్రీ శేషశ్యామ ర్ష్య  
లోకేవిశంతి”యనున్వాయముచొప్పున  
భూలోకమునకు వచ్చి స్వప్రయత్నము  
వలన పైభూమికలనెక్కి ముక్తుడగును.  
అందిచ్చు గలవాడు ఆజన్మమందుఁగాని  
మఱియొక జన్మమందుఁగాని పై భూమి  
కలకుఁ బోగలడు. అట్లుగాక పరిపూర్ణు  
డు ఈజన్మయందే విదేహముక్తుడగును  
ఆతండేపరమహంస. అట్టివానినే బ్రహ్మ  
వేత్తయని చెప్పుదురు.

మనోలయము స్వరూపలయమని అరూపలయమని రెండువిధములు.  
స్వరూపలయమును పొందినవారు జీవన్ముక్తులు. వీరు దగ్ధపటలవత్తుగా  
నుండువారు. అరూపలయమును పొందినవారు విదేహముక్తులు. అట్టి  
వారు దగ్ధపటలము గూడను లేకుండునట్లు శరీరరహితమును ఆగామి  
సంచిత ప్రాకరభావమును గలవారని చెప్పుబడుదురు.

## ఆగామి సంచితప్రార్థములు.

సంచితము—అనేకజన్మములనుండి చేసినపుణ్యపాపకర్మలయొక్క రా  
నులు. ఇదియే బీజవతుగా జన్మకు కారణము.

ఆగామి—ఈజన్మయందు బుద్ధి తెలిసిన పిమ్మట చేసినపుణ్యపాపకర్మ.  
ఇదియే ముందుజన్మకు కారణమును ప్రార్థమును అగును.

ప్రార్థము—ఈజన్మయందు అనుభవించుట కేర్పడిన కర్తవ్యము. ఏవారి  
కిని ప్రార్థ మనుభవించక తీరదనియెడు లోకోక్తినిచెప్పలార  
వినుచున్నాము. ప్రార్థము స్వేచ్ఛాప్రార్థమని పరేచ్ఛా  
ప్రార్థమని అనిచ్ఛాప్రార్థమని మూడువిధములు.

“ప్రార్థం భోగతో నశ్యే తత్త్వజ్ఞానేన సంచితం

ఆగామి ద్వివిధం కర్త తద్వేషీ ప్రియవాదినోః”

“హరిణాపి హరేణాపి బ్రహ్మణాపి సురై రపి

లలాట లిఖితా రేఖా పరిమార్జ్యం నశ్యతే”

చేసికొనినవారికి చేసికొనినంత యనుభవించకతీరదు.

“ధర ఖర్వాటుఁడొకండు సూర్యకరసంత ప్తప్రధానాంగుడై  
త్వరతోడఁ బలువెత్తిచేరి నిలిచెఁ దాళదుఁగిమచ్చాయఁద  
చ్చిరముఁ దల్పలపాతవేగమున విచ్చేఁ శబ్దయోగంబుగాఁ  
బారి దైవోపహతుండుపోవుకడకుంబోవుంగదా యాపదల్.”

బట్టలవాడొకఁడు ఎండదెబ్బవలన పరుగెత్తిపోయి యొక  
తొటిచెట్టుకింద నిలువ నాతొటిపండ్లొకటి తటాలున తల  
పై నపడి తలబద్దలయ్యెను. కనుక విధినిదాట నెవరితరము.  
ప్రార్థ మనుభవింపక తీరదు.



## మ హా వా క్య ము లు .

### 1. ప్రజ్ఞానంబ్రహ్మ—

“ ఏనేక్షతే శృణోతీదం జిఘ్రీతీవా కరోతిచ

స్వాద్వస్వాదు విజానాతి తత్ప్రజ్ఞాన మితీర్యతే.”

స్వాధిష్ఠాన చిదాభాసుడైన జీవుడు కన్ను లనుండి వెడలిన అంతఃకరణవృత్తితోఁ గూడుకొన్న ఏజ్ఞానముచేత నేత్రమునకు విషయములగు తెలుపు, నలుపు, పసుపు, ఆకుపచ్చ, ఎఱుపు, మిశ్రము, లావు, సన్నము, పొట్టి, పొడుగు అనెడి దశవిధరూపంబులను జూచుచున్నాఁడో; శ్రోత్రమునుండి వెడలిన ఏజ్ఞానముచేత శ్రోత్రమునకు విషయములగు అకారాది షోడశస్వరూపశబ్దంబులను వినుచున్నాఁడో; నాసికాద్వారములనుండి వెడలిన ఏజ్ఞానముచేత నాసికకువిషయములగు సుగంధదుర్గంధములను గ్రహించునో; జిహ్వానుండి వెడలిన ఏజ్ఞానముచేత నాలుకకు విషయములగు వగరు, తీపు, ఉప్పు, కారము, చేమ, పులుసు అనెడిషడ్గ్రసములను గ్రహించునో; త్వగిండియమునుండి వెడలిన ఏజ్ఞానముచేత త్వగిండియమునకు విషయములగు శీత, ఉష్ణ, మృదు, కఠిన స్పృశ్యంబులను గ్రహించునో; వాక్కుగుండా బయలు వెడలిన అంతఃకరణవృత్తితోఁ గూడుకొన్న ఏజ్ఞానముచేత మాట్లాడుచున్నాఁడో; ఏజ్ఞానముచేత చేతులతో యిచ్చుట పుచ్చుకొనుటలు గ్రహించునో; ఏజ్ఞానముచేత కాళ్లతో నడు

వడమును గ్రహించునో; ఏజ్ఞానముచేత పాయుండిరి  
యముద్వారా ములవిసర్జనను తెలిసికొనునో; ఏజ్ఞానము  
చేత ఉపస్థేంద్రియమందలి విషయానందమును గ్రహిం  
చునో అదియ ప్రిజ్ఞానము. అనగా సమస్తభూతముల  
యందు అంతరాత్మగానుండు తెలివియే ప్రిజ్ఞానము.  
బ్రహ్మయనగా సమస్తభూతములయందును మనుష్యుల  
యందును ఖంఖండములుగాప్రకాశించెడు ఆత్మస్వరూ  
పమే బ్రహ్మస్వరూపము. చైతన్యమనినను ప్రిజ్ఞానమని  
ననుబ్రహ్మమనినను పరబ్రహ్మమనినను ఆత్మస్వరూపమని  
నను పేర్లుమాత్రమే వేరు కాని వస్తువ యొకటియే యని  
తెలియునది. ఆప్రిజ్ఞానము బ్రహ్మస్వరూపమేగానిపరబ్రహ్మ  
మునకు అన్యముగాదు అని యీవాక్యమువల్ల తెలియు  
గలదు. ఇది ఋగ్వేదవాక్యము; జాగ్రదవస్థ; స్థూలశ  
రీరము; అన్నమయకోశము.

2. అహంబ్రహ్మస్మి — అహం=నేను; బ్రహ్మ=పరబ్రహ్మము; అస్మి=అయి  
తిని. అనగా నేను అనియెడు అహంభావముపోయి పర  
బ్రహ్మమందైక్యమగుచున్నాను. ఇచట జీవుడే అహం  
శబ్దముచేత చెప్పబడుచున్నాడు. ఇది యజుర్వేదవా  
క్యము; స్వప్నావస్థ; సూక్ష్మశరీరము; ప్రాణమయమనో  
మయకోశములు.

పరివూర్ణః పరాత్మే స్థిః దేహే విద్యాధికారిణీ

బుద్ధిస్సాక్షితయా స్థిత్యా స్ఫురన్నహ మితీర్యతే॥

3. తత్త్వమసి — తత్ = అపరబ్రహ్మస్వరూపము; త్వం = నీవు — అనగా  
దేహేంద్రియాదులకు అతీతమై సాక్షిభూతమైనచైతన్య  
మగునీవు; అసి=అయితీవి.

“ఏకమే వాద్వితీయ్యంస్యా న్నామరూపవివర్జితమ్  
స్పృష్టేపురాతనాప్యన్య తాదృక్తతదితీర్యతే”

స్పృష్టికి పూర్వమందు నామరూపరహిత  
మైచిద్రూపుడైన యేఆత్మ యుండెనో  
ఆయాత్మ స్థితిసమయమందును యుప  
దేశకాలమందును తత్ అనెడిపదము

చేత చేప్పబడును.

“శోత్రదేహేంద్రియాతీతా చిత్త్వత్రోత్పంపదేరితా  
ఏకతాగ్రాహ్యతేసీతి తదైక్యమను భూయతా”

వినునటువంటి శిష్యునియొక్క దేహేం  
ద్రియాదులకు అతీతమైనాక్షి భూతమైన  
చైతన్యముత్పంపదముచేత చెప్పబడును.

వాచ్యార్థము.

లక్ష్యార్థము.

తత్...ఈశ్వరస్వరూపము...పరమాత్మస్వరూపము

త్వం.. జీవస్వరూపము...పితృగాత్మస్వరూపము.

అసి...జీవేశ్వరైక్యము...పితృగాత్మపరమాత్మైక్యము.

ఇదిసామవేదవాక్యము; సుషుప్త్యవస్థ; కారణశరీరము; విజ్ఞా  
నమయకోశము.

#### 4. అయమాత్మాబ్రహ్మ—

అయం=స్వప్రకాశమై నిత్యమై అపరోక్షమై యుండుయీ

ఆత్మా=ఆత్మస్వరూపమే

బ్రహ్మ=పరబ్రహ్మము.

ఇది అధర్వణవేదవాక్యము; తుర్యావస్థ; మహాకారణశరీ

రము; ఆనందమయకోశము.

స్వప్రకాశపరోక్షత్వా దయమిత్యుక్తితోమతః  
 అహంకారాదిదేశాంతా తృప్త్యగాత్యేతిగీయతే।  
 దృశ్యమానస్యసర్వస్య జగత స్తత్వమీర్యతే  
 బ్రహ్మశబ్దేనతద్బ్రహ్మ స్వప్రకాశాత్మరూపకమ్॥  
 సర్వంఖల్విదంబ్రహ్మ—సమ స్తమ బ్రహ్మస్వరూపము. తుర్యాతీతము;  
 శరీరరహితము; పంచకోశరహితము.

### ముక్తి విషయము.

ముక్తియనగా విడుపు అని యర్థము. బంధములనుండి విడుపు  
 నకేముక్తియని చెప్పుదురు.

ముక్తి రెండు విధములు:—

1. జీవన్ముక్తి—స్వరూప లయము
2. విదేశముక్తి—అరూప లయము.

అందు జీవన్ముక్తుడెట్టివాడనగా—

సుఖమునకు సంతోషించడు. దుఃఖమునకు వ్యసన  
 పడడు. మంచివాసనలను గ్రహించలేడు. మఱియు  
 రాగద్వేషములు లేనివాడును, అహంకారము లేనివాఁ  
 డును, ప్రత్యుపకారమును గోరకయే పరులకుపకారము  
 చేయువాఁడును, తనకార్యముల హానివృద్ధులకు భయ  
 పడనివాఁడును, పరమోపశాంతి గలిగియుండువాఁడును  
 తనవలన లోతులకు భయమును కలుగజేయనివాఁడును  
 పరుల జూచి భయపడనివాఁడును, జ్ఞానేంద్రియములచేత  
 దెలిసికొనియు సుఖదుఃఖములను జెందనివాడును, ఏకా  
 గ్రదిత్తము గలవాఁడును సర్వభూతదయాభుత్వముగల  
 వాఁడును నిత్యతృప్తిగలవాఁడును, యదృచ్ఛాలాభసం

తుష్టియు మృదు మధుర సంభవణయు గలవాఁడును,  
మనోసంకల్పములేనివాఁడును, అన్యస్త్రీలయందు కోరిక  
లేనివాఁడును, ప్రియ అప్రియములు లేక నిద్రబోవువాని  
వలెసంచరించువాఁడును, సుషుప్తిదశయందువలెజాగ్ర  
తదశయందును సంకల్పములేనివాఁడై ఏకోరికయును లేక  
ఆశయును లేక సహజనిర్వికల్పసమాధియందుండువాఁడు  
ను, శత్రువుమిత్రువుసమానముగాఁ గలవాఁడును, నడచు  
నపుడుగాని కూర్చుండునపుడుగాని జాగ్రతయందుగాని  
సుషుప్తియందుగాని స్వప్నమందుగాని పరుండునపుడు  
గానినిద్రించునపుడుగానియెవనిచిత్తంబు విచారపరంబు  
గాకుండునట్టివాఁడును, జీవన్ముక్తుడని యెన్నఁబడును.

విదేహముక్తుఁ డెట్టివాఁడనగా—

జననమరణంబులు శరీరధర్మంబులు గనుక వానినిపొం  
దనివాఁడును, ఆదిమధ్యాంతరహితంబై మనస్సునుదేహ  
మును లేనివాఁడును, స్థూలసూక్ష్మకారణ మహాకారణ  
శరీరంబులు లేనివాఁడును, అన్నమయ ప్రాణమయ  
మనోమయ విజ్ఞానమయ ఆనందమయ కోశంబులు లేని  
వాఁడును, పృథివ్యాపస్తీజో వాయురాకాశంబు లనెడు  
పంచభూతంబులు లేనివాఁడును, అచలపరిపూర్ణుఁడును,  
సమస్తమందు అంతరబాహ్యములయందు నిండి నిబిడి  
కృతమైయుండువాఁడును, నిర్గుణసాత్కారపరబ్రహ్మ  
స్వరూపమే స్వరూపముగాఁగలవాఁడును, విదేహముక్తుఁ  
డని చెప్పఁబడును.

పురుషప్రయత్నముచేతమున్నందుగాఁగఁగలనమునార్జించి ఆధనమువలన  
సద్గుణసంపన్ను లగుసాధువుల నాదరించెనేని “సాధూనాం దర్శనంపు

ణ్యమ్" అనున్యాయమువలన సజ్జనసాగత్యమును విషయరహితమును గలుగును. విషయసుఖములయం దిచ్చలేమివలన విచారణకలుగును. విచారణవలన చిత్తోపశమంబును, అత్తాపలోకనంబును కలుగును. చీకటిలో నడ్డచువాడు మోడుచెట్టునుజూచిదొంగయని భయపడినట్లురూపనామంబులతోగూడిన ప్రపంచమును సత్యమని నమ్మి

“మాతానాస్తి పితానాస్తి నాస్తిబంధు సహోదరాః

అర్ధంనాస్తి గృహంనాస్తి తస్మాజ్జాగ్రతజాగ్రతః”

తల్లియు దండ్రీయు చుట్టములు అన్నదమ్ములు ధనము యిల్లు నశించునవి యనియు ఆకారణమువలన జాగ్రత్తోనుండవలెననియు దెలియక

“అన్యాయార్జితం విత్తం సహమూలా వినశ్యతి”

యనుప్రమాణమునొప్పున అన్యాయముగా ధనమును సంపాదించి ఆ ధనము ముందుండిన మూలధనముతోటి నశించును అని తెలియకనే సంతోషించుచుండెదరు. ముముక్షువు అట్లుకోరక నేనుబ్రాహ్మణుడను, అగ్రీకులమీద బుట్టినవాడను, గృహస్థుడను విద్యాధిక్యతగలవాడను, సదాచారసంపన్నుడను, సోమయాజిని, యజ్ఞంబులన్నియు, జేసిన వాడను, వైశ్వదేవాదికర్మలు చేసినవాడను, అనెడివిశేషంబు లన్నిటి న్విడిచి భయరహితుడై పుత్రమిత్రకళత్రాదివిషయంబగుకోరికనువిడిచి అహంకారరహితుడై సమస్తములసత్యమని నిశ్చయజ్ఞానమే సమాధిగాగలవాడై తనకిష్టములగువస్తువులను త్యజించి మనసునువిషయములకు బోనీక నిలుపవలెను. అగ్నికి ఉష్ణమువలెనే, మనస్సునకు సంకల్పము విషయము. చిత్తమృతియే మోక్షము. మనంబు దేని ననుసంధానంబు చేయు దానిని సర్వేంద్రియవృత్తులును రాజాజ్ఞను మంత్రులు శిరసావహించినట్లు క్షణమాత్రంబుననే పొందగలవు. కావున విషయముల యందుభోగేచ్ఛ లేక మనంబునందలిమలంబును సమూలంబుగా బోగొట్టి

వలయును. నేను దుఃఖయుక్తుండనుగాను, నాకు దేహంబులేదు, పరి పూర్ణుడను, ద్వయదోషరహితుడను, నేను మాంసంబునుగాను, అస్థులునుగాను, శరీరత్రయవిలక్షణుడ, నని తెలిసి మహాకారణస్వరూపుడై సాక్షిగానుండవలయును. సమాధితగుణములయందు భార్యాబిడ్డలను దల పక ముక్తికాంతనే గురిగానుంచుకొని సమస్తదుఃఖములను విడనాడి “విగత తాపము” అనెడు అరణ్యమందు నిలిచి, అదియే నిర్జనప్రదేశము గనుక అట్టి వృత్తిరహిత మగుప్రదేశమందు వర్తించుటవలన బుద్ధి విశ్రాంతిఁ బొందగలదు. మాంసమును తినవలెనని చేప గాలములో జిక్కుబడినట్లు విషయసుఖముల కాశించి నశింపకుండు.

పరబ్రహ్మజ్ఞానమును దెలిసికొనుట కాసక్తిగలవాఁ డేజాతీయం దున్ననుబ్రహ్మవిద్యోపదేశంబున కర్హుఁడు. మూర్ఖునకు బోధించగిట్టదు. అట్లుబోధించిన సమస్తఆభరణములతో అలంకరింపఁబడిన తనపుత్రిని కలలోనఁజూచిన పురుషునకిచ్చి వివాహము చేసినట్లుగును.

పుష్యరాగము మొదలగు రాళ్లన్నియు రత్నముచేత కోయఁబడును. రత్నము రత్నముచేతనే కోయబడవలయునుగాని మరిదేనిచేతను కోయబడదు. అట్లే మనస్సు చేతనే మనస్సును భేదించవలయును.

సమాధిలక్షణమెట్లనఁగా—

“జీవాత్మ పరమాత్మై క్యావస్థా త్రిపుటిరహితా

పరమానందస్వరూపా శుద్ధచైతన్యాత్మికా సమాధిః”

జీవాత్మపరమాత్మల కైక్యమును జేయవలయును. నేను అనెడిదియే జీవాత్మ; తాను అనెడిదియే పరమాత్మ. ఈజీవాత్మ పరమాత్మల కైక్య మగుచో సాక్షిత్వముగూడనుపోయి పరబ్రహ్మమందైక్యమగును. వాచా జ్ఞానములేక అనుభవజ్ఞానముగలిగి యుండవలయును.

“మాత్మవ త్పరదారాశ్చ పరద్రవ్యాణి లోప్తవత్

ఆత్మవ త్సర్వభూతాని యఃపశ్యతి సపశ్యతి.”

పగస్త్రీలను తల్లితల్లిభావించవలయును. పరద్రవ్యమును యంతఃకారము  
కూడదు. జీవన్ముక్తులయొక్క తపోబలిమి తమకపకారముచేయునట్టిదై  
తంతబలవంతులై యున్నను వారిని చెఱుచును. తమ మేలుకోరునట్టి  
వారెంత బలహీనులైనను వారికి బలమును కలుగ జేసి మేలుచేయును.  
ఇట్లు తపస్సంపన్నుల కోరిక లేకయే జగుగును. కనుక పెద్దల చెంతఁ జేరి  
వారికి తొందరను గలుగఁజేయగిట్టదు. మనస్సునందైనను వారి కపకా  
రము చేయుతలంపు కూడదు.

జపము హోమము తపస్సులు మొదలగువానివలన ముక్తి  
కలుగదు. వాయుభక్షణ చేసినంతమాత్రముననే ముక్తికలిగేయెడల  
సర్పములకును ముక్తికలుగవలెను; నీరుత్రాగి జీవించుటవలన ముక్తికలి  
గేయెడల చేపలు మొదలుగాఁగలజంతువులకును ముక్తి యుండవల  
యును; ఆకులు తినుటవలననే ముక్తికలిగేయెడల మృగములకును ముక్తి  
కలుగవలెను; తలక్రిందుగా తపస్సువలననే ముక్తియనేయెడల గబ్బిల  
ములకును ముక్తియుండవలయును; ధ్యానము మానము కలిగివమాత్ర  
ముననే ముక్తికలిగేయెడల చేపలకొరకు కదలక తదేకనిష్ఠుగా ఏకాగ్ర  
చిత్తముకలదై యుండు కొంగకును ముక్తియుండవలయును; శాస్త్రములు  
చదువుటవలననే ముక్తికలదన్న ఘనముచెప్పినట్లు చదివెడుచిలుకకును  
ముక్తికలుగవలయును—అట్లు కలుగకపోవుటయింది వాయుభక్షకులు,  
పర్ణభక్షకులు, జలాహారులు మొదలగువారికి ముక్తిలేదు.

“ఊర్ధ్వశూన్య మధశూన్యం మధ్యశూన్యం యదా తకమ్  
సర్వశూన్యం తదా త్తేతి సమాధి స్తస్యలక్షణమ్.”

“ఊర్ధ్వపూర్ణ మధఃపూర్ణం మధ్యపూర్ణం యదా తకమ్  
సర్వపూర్ణం తదా త్తేతి సమాధి స్తస్యలక్షణమ్.”



పై నను, క్రిందను, నలుప్రక్కలనుద్భగ్గోచరమగుపదార్థమంతయు నశించునదియనియు, ఎచట నేవంకజూచిన ఆత్మస్వరూపము నిండి నిబి డీకృతమై యున్నదని భావించుటయే సమాధిలక్షణము. తనకంటె అన్య ములేదని భావించి సమ స్తము తనస్వరూపమేయనితలంచగను సాక్షిత్వ మును గూడబోయి పరబ్రహ్మము చై క్యమగును. ఈమార్గమున దప్ప వేరు మార్గమున ము క్తి లేదు.

“జిహ్వోపస్థ పరిత్యాగే పృథివ్యాం కింప్రయోజనమ్.”

ఉత్తరగీత.

కొందరజ్ఞులు యీవాక్యమునకర్థముదెలియక జిహ్వ ఉపస్థ యిం ద్రియములవిషయములను త్యజించినచో ప్రపంచమందు ప్రయోజనము లేదనియు ఆవిషయసుఖములనుభవించుటకే జన్మమెత్తితిమనియు తలంచి విషయలోలులైయుండి చచ్చుచు బుట్టుచుందురు. జ్ఞానులు అట్టితుచ్చ సుఖములయం దాసయుంచక నిత్యసంతోషులుగా నుండెదరు. ఎట్టివారి కిని కోప ముండగిట్టదు.

“కోపమునను ఘనత కొంచమైపోవును

కోపమునను మిగుల గోడుజెందు

కోప మడచెనేని కోరికలీడెరు

విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ.”

కోపమువలన నీని గలుగునేగాని మేలుగలుగదు. సర్వకాలస ర్వానస్థలయందును కోపము లేకుండవలయును. ఎట్టిప్రమాదసమయ మునును కోపము నణచవలెను. మఱియు

నారీ స్తనభర నాభీదేశం దృష్ట్వా మాగా మోహవేశం

ఏతస్మాంసవసాదివికారం మనసి విచింతయ వారంవారం॥

స్త్రీలనుజూచి త్వక్చర్తమాంసరుధిరమేదోమజ్జాస్థియనేడు సప్తథాతువు లతో కూడినదియనియు, మలమూత్రముల కిరవగునది యనియు తలం

చక మన్తధగృహమున కాశించెదరు. అట్లుచేయక మాంసవికారములని సమస్తకాలములయందు తలంచవలెను.

“తయో రేష సగస్తావోయ ఏషో నర్హదయ ఆకాశః”

బృహదారణ్యకోపనిషత్ — 6 అ. 2 బా. 3.

అన్తర్హదయమందలి చిదాకాశమే జీవేశ్వరులనెడు స్త్రీ పురుషులకు సంభోగస్థానము. అట్టిస్థానమందే రమించి సుఖము ననుభవించ వలయునుగాని అన్యస్త్రీలమీద కోరిక విడువవలయును.

సచ్చిదానందం: —

సత్ = నశించక అన్ని కాలములయందుండునది,

చిత్ = స్వప్రకాశజ్ఞానస్వరూపమగునది,

ఆనంద = నిరంతర సుఖము నిచ్చునది,

అగు పరబ్రహ్మస్వరూపము.

అట్టిపరబ్రహ్మనుసంధానము చేయుటవలననే ఎడతెగనిసుఖము కలుగును. కట్టెయందు నిప్పువలెనే పుష్పములయందు వాసనవలెనే పాలయందు నేతివలెనే సమస్తభూతములయందు ఆత్మ స్వప్రకాశముగా నున్నది. అట్టి ఆత్మావలోకనలేకనే ముక్తిగలుగదు.

ఈకలియుగమందు పాపకూపారమున బడియుండుటవలన అనేకులు దుష్కర్తార్థము చేయుదురు; దొంగిలింతురు; హింసచేయుదురు; శూద్రులకు సేవచేయుదురు; ధనాపేక్షచేత సీమలకు బోధచేయుదురు; సత్యమగుదానిని నసత్యమనియు, నసత్యమగుదానిని సత్యమనియు వాదించెదరు; విద్యావిహీనులైయున్నను, సమస్తవిద్యలను దెలిసినట్టుగ నటించెదరు; శూద్రులువండిన అన్నమైననుతిందురు; ద్రవ్యముకొరకు కన్యకలను విక్రయించెదరు; బ్రాహ్మణశబ్దమున కర్థముదెలియక, జండియము వేసికొనుట మాత్రముననే బ్రాహ్మణులమని చెప్పుదురు; సన్న్యారులను

నిందింతురు; సీచజాతితో సంభోగమును కోరుదురు; రోగపీడితులైయుండెదరు; మదగర్వముచేతను, అమితకోపముచేతను, దుఃఖముచేతను నిండియుండెదరు; మోసముచేయుటయే ప్రజ్ఞావిశేషమని తలంచెదరు. ఏమి కాలమహిమ ? పూర్వకాలమున దుర్గార్థములేకపోవుటవలనసద్గుణ సంపత్తిగలవారై యనేకసంవత్సరములు జీవించెదరు.

ఇప్పుడట్లు గాక అల్పాయుష్యముగలవారై కొద్ది వయసులోనే అమితమగు పాపమును చేసినవారై చచ్చుచు బుట్టుచుండెదరు.

బుద్ధిమంతులు యీదుర్గార్థములు మొదలగు దుర్గుణముల కిరవివృక్త సద్గుణువును వెదుకవలెను. గురువులేనివిద్య తలదండ్రులులేని బిడ్డవలెను భర్త లేనిపడుచువలెను కళాహీనమైయుండును. నొసటివాతఁ దుడిచి భస్మముతో రేఖలుగీచి హస్తమస్తక సంయోగము చేయఁగా తెలివి శిరస్సునందు నిలుచును. ఆతెలివియే నీవని గురువుచెప్పును. సూర్యుడు కిరణములతో నెట్లు అస్తమించునో అట్లే మనస్సున్ను వృత్తులతో అణగి తనయందే నిలుచును. పక్షులు గాత్రులయందు చెట్లయందు నిద్రించురీతిని జీవుడు పరమాత్మయందు నిద్రించును. గోవులు వేర్వేరు—అనఁగా నల్లగోవు తెల్లగోవు, యర్రగోవు—అయినను పాలంతయు తెల్లగానుండి మధురముగలవియగును. అట్లే భూతములు వేర్వేరులైనను పరమాత్మ యొక్కటియేయని తెలియునది.

కౌశికుఁడను బ్రాహ్మణుఁ డొకయెఱుక వానివద్ద సమస్తధర్మములను దెలిసికొనెనని వినలేదా; కనుక శూద్రులని సందేహించక బుద్ధిమంతులవద్ద గృహస్థములను దెలిసికొని అరుణిమొదలగు వారివలెనే ఊర్ధ్వరేతస్కులైయుండునది.

శ్లో॥ మనఏవజగత్సర్వం మనఏవమహారిపుః

మనఏవహి సంసారో మనఏవజగత్ప్రియమ్!

ఋభుగీత— 2 అ. 34 శ్లో॥

మనంబే సర్వప్రపంచము, మహాశక్తిప్ర, మహాసంసారము, లోకత్రయములగణము. మనంబుచే సర్వము కల్పింపబడును. మనంబుచే సర్వము పరిపాలింపబడును. మనంబుచే సర్వము స్థిరంపబడును, కనుక మనంబే సంసారకారణమైయున్నది. మనస్సువలననే దుఃఖమును, పాపములును, సంకల్పమును, జీవుడు, చిత్తము, అహంకారము, మహాబంధము, అంతఃకరణ, పంచభూతములు, పంచతన్మాత్రలు, పంచవిషయములు, పంచకోశములు, అవస్థాత్రయములు కలిగెను. కావున ప్రపంచమంతయు మనోవికారమేగాని అన్యముకాదు.

“అన్నంబ్రహ్మేతివ్యజ్ఞానాత్”

“ప్రాణోబ్రహ్మేతివ్యజ్ఞానాత్”

“మనోబ్రహ్మేతివ్యజ్ఞానాత్”

“విజ్ఞానంబ్రహ్మేతివ్యజ్ఞానాత్”

“ఆనందోబ్రహ్మేతివ్యజ్ఞానాత్”

తైత్తిరీయోపనిషత్.

అన్నము, ప్రాణము, మనస్సు, విజ్ఞానము, ఆనందము, బ్రహ్మస్వరూపమని తెలిసికొనెను. ఇట్లు తెలిసినవాడే ముక్తుడని తెలియునది.

“అత్వక్రాంతేరథక్రాంతే విష్ణుక్రాంతే వసుంధరా

శిరసా ధారితాదేవి రక్షస్వమాంపదేపదే

ఉద్భృతాసీ వరాహేణ కృష్ణేన శతభాహునా.”

తైత్తిరీయోపనిషత్.

గుర్రములయొక్క రథములయొక్క విష్ణువుయొక్క సంచారములను ఓర్పుచేత సహించునట్టి ఓభూమి. నీవు వరాహవతారమండవలెరించిన భగవంతునిచేత పాతాళమునుంచి తేబడినదానవు. నీవుశిరస్సునందు ధరింపబడిన దానై నన్ను రక్షింపుము.

అను యీ ఘోరము నుచ్చారణముచేయుచు స్నానకాలమండు మృత్తు కను శిరస్సునందు ధరించవలయునని చెప్పుదురు. అజ్ఞానవలె మృత్తుకను శిరస్సునందు ధరించుటయందు లాభ మేమియులేదు. ఇట్లు మృత్తుకను శిరస్సునందే ధరించుటవలన ముక్తిగలుగునెడ బాలురును ఉన్నతులును మన్నునుతలమీఁద వేసికొని వికారరూపముతో తిరిగెదరు. వారికంద రికి ముక్తియొక్కడిది. ఈపైవాక్యమునకు బాహ్యార్థమువదలి యంతరార్థము నాలోచించవలయును. పృథివినలెనే మనస్సుకఠినమై విషయములకు బోవుచు అధోముఖమైయుండును. అట్టిమనస్సును ఉర్ధ్వముఖవ్యాపనముచేసి శిరస్సునందే ధరించవలయుననియు అట్టిచో విషయములు లేవనియు, పరబ్రహ్మప్రాప్తికి మార్గమనియు పెద్దలు చెప్పుదురు.

“అకార్యకార్యవర్ణీస్తేనో భూణహః గురుతల్పగః

వగునోపామఘమర్షణస్తస్మాత్పాత్రముచ్యతే”

తైత్తిరీయోపనిషత్.

జలమునందు స్నానముచేసినచో కూడనిపని చేసినవాఁడును, వ్రతభిష్టుఁడును, దొంగవాఁడును, గర్భములోని శిశువును జంపినవాఁడును, ఎట్టి మహాపాపములు చేసినవాఁడును, ఆయాపాపములనుండి విడువబడుచున్నాఁడు. అనఁగా ఎట్టిమహాపాపముచేసినవాఁడైనను గంగాదిమహాతీర్థములయందు స్నానముచేసిచో పాపధహితుఁడగును.

ఇట్లు బాహ్యార్థమువే గ్రహించెనేని నలుబదిరూపాయలు చేతఁ దీసి కాశికిపోయి స్నానముచేసిన ముక్తిగలుగవలయును. ఇట్లెంతమంది ప్రతిసంవత్సరము కాశికిఁబోవుచుండిరి. ఈవిధముగ రూపాయలకుముక్తి కలదుగాని వానిని చేతదీసికొని కాశికిఁబోవువారికి ముక్తిలేదు. సద్గురు ప్రసాదతీర్థమనెడు బ్రహ్మానందసముద్రమునందు స్నానముచేసిన ముక్తి కలుగునుగాని కాశీరామేశ్వరంబులు తిరిగిన ముక్తిలేదు. ఇందువలన కాశీరామేశ్వరంబులకు పోనలక్షని చెప్పుటకాదు. అందువలనను ఫలము

కలదు. ఇతరవిశేషంబులు తెలియగలవు. తీర్థస్నానమువలన పుణ్యముగలదు. ఆపుణ్యఫలమనుభవించవలయు అంతియకాని ముక్తిలేదు.

“నకర్మణా నప్రజయా ధనేనత్యాగే నైవ అమృతత్వమాననః  
పరేణాకం నిహితం గుహాయాం విభ్రాజతే యద్యతయోవిశన్తి.”

స్వర్గలోకమునకు మీఁదుగా పరమాకాశమందుండి  
మోక్షపదము కర్మచేతను సంతానముచేతను ధనము  
చేతను పొందఁదగినదికాదు. మనస్సన్యాసము చేతనే  
పొందఁదగినది. అదియే ముక్తి.

మతియు సత్యవాక్పరిపాలనవలననే ముక్తియనికొందఱును, తపస్సుచేతనే ముక్తియనికొందఱును, అంతరింద్రియ నిగ్రహమువలననే ముక్తియని మఱికొందఱును, దానకర్మనివలె దానములుచేయుటవలన ముక్తియని మఱికొందఱును, ధర్మమువలననే ముక్తియని కొందఱును, బ్రహ్మచర్యనియమమే ముక్తి మార్గమనికొందఱును, వైశ్వదేవము మొదలుగాఁగల కర్మలచేతనే ముక్తియనికొందఱును, యజ్ఞములచేత ముక్తియనికొందఱును, ఆధానములచేత ముక్తియని మఱికొందఱును, పలువిధములుగ చెప్పుదురు. దేనివలనను ముక్తిగానము. పరబ్రహ్మమందులీన మైతేనేగాని ముక్తిలేదు.

అన్నమువలన పాణిగులకు బలముకలుగును. బలముచేత తపస్సును, తపస్సువలన ఆస్తిక్యబుద్ధియును, అందువలన వేదాంతశ్రవణమును, తద్వారామననమును, పిమ్మట నిదిధ్యాసయును, నిదిధ్యాసవల్లభగవంతునియందు జ్ఞప్తియును, అందువలన ఆత్మజ్ఞానమును కలుగుచున్నది. పిమ్మటలపరోక్షజ్ఞానమును ముక్తియునుకలుగును. మనోవాక్కాయములచేత తిక్రరణశుద్ధిగా గురుసేవచేసి గురుపాదోదకమును త్రాగి, ఉచ్ఛిష్టమును భుజించనియెడల ముక్తిలేదు.

మహాకర్త—జననమరణంబులు వార్ధి క్యములయందు సుఖదుఃఖములు జెందనివాడును, జాగ్రత్స్వప్న సుషుప్త్యవస్థలు లేనివాడును చూచువాడు చూపు చూడబడునది

యనువేరుభావము లేనివాఁడును, సత్యాసత్యము, ధర్మాధర్మము, ప్రియాప్రియముల నెడి భేదములు లేనివాఁడును, అహంభావము లేనివాఁడును, పరోపకారబుద్ధిఁ గలవాఁడును, మాత్సర్యము లేనివాఁడును, తానుజేసినపని చెడిపోయినను వ్యసనపడనివాఁడును సమస్తమునకు సాక్షియగువాఁడును మహాకర్తయని చెప్పబడును.

మహాత్మాగి—ఏకోరికయును లేనివాఁడును, సంకల్పరహితుఁడును, మహాకర్తయగువాఁడును, మహాత్మాగియని చెప్పబడును.

క॥ జనియును మృతియును, ధర్మం  
బు నధర్మము సౌఖ్యదుఃఖములు లేవని నె  
మ్మనమున దలంచు నెవ్వం  
డనఘమతీ యతఁడపో మహాత్మాగి ధరణ్.

మహాభోక్త—కోరిక లేక ప్రారబ్ధవశమున నేవేళ కేది లభించినను సమభావముతో నుండువాఁడును కలిమి లేములయందు సమభావము గలవాఁడును, ఉప్పు పులుసు వగరు కాగము చేదు తీపు మొదలుగాఁగల రుచుల నన్నిటిని సమముగా జూచి బ్రహ్మానందముతో భుజించువాఁడును, బూడిదెను చక్కెరను బుగారమును మన్నును సమముగా చూచువాఁడును, మహాకర్తయనియును, మహాత్మాగియనియును, మహాభోక్తయనియును చెప్పబడును.

క॥ సమభావన నెందు విరో  
ధము వడయక కోర్కులెల్లఁ దా వీట్కొని పో  
స్తము ననుభవించు నెవ్వం  
డమలమతీ యతఁడపో మహాభోక్తధరణ్॥

ఈమూఁడింటిచేతనే బుద్ధి విశ్రాంతిని పొందగలదు.

## బ్రహ్మ వేత్తలు

బ్రహ్మ వేత్తలు నాలుగువిధములు:—

1. బ్రహ్మ వేత్త—కర్తృఫలత్వాగ్నియై నిత్యనైమిత్తిక కర్తృలను


విధిగ జరుపుచు యదృచ్ఛాల్లాభసంతుష్టియును నిరహంకారమును సర్వభూతదయాభుత్వమును గలిగి ఆత్మారాముండును, ఆత్మ తృప్తుండునై కామకోఠలోభమోహమదమాత్సర్యంబులనడులఱిషడ్వర్గంబులేక ప్రియాప్రియములునిండా స్తుతులు మానావ మానంబులు శత్రుమిత్రులనెడుభేదములులేక సంచరించువాఁడును, గుణాతీతుండును, దర్పణమును రూపమంటని రీతిని, నాలుకకు నేతి జిడ్డంటనిరీతిని కుమ్మరపురుగువలె అంటి యంటక యుండువాఁడును బ్రహ్మ వేత్త యని చెప్పబడును. అగ్నిచే గాలినపల్లము, పత్తమువలెనే గనుపడునట్లు అజ్ఞాన దృష్టిచేత శరీర సహితముగా గనుబడును. నిజముగాచూచి సచో అశరీరుఁడనియే చెప్పవలయును. ఆతఁడే సుందర స్త్రీని సూకరముగ జూచును.

2. బ్రహ్మవిద్వరుఁడు—కర్తృలను వదిలిసంపాద్ధసుఖదుఃఖములనుభవించుచు సమాధినిష్ఠాగరిష్ఠుండై యుండువాఁడు.

3. బ్రహ్మవిద్వర్షరీయుఁడు—సర్వకాలములయందు సహజామన స్కరాజయోగ నిష్ఠాగరిష్ఠుండై పరులవలన మేలు కొలుపంబడి కించిదాహారంబు గొనుచు నిద్రా బోపువానివలె విశ్వమును మఱిచియుండువాఁడు.



4. బ్రహ్మ విద్యరిష్టుడు—బాహ్యంతరములు మరచి నిరంతర నిర్వికల్ప సమాధి నిష్ఠుడై ప్రకాశించువాడు.

 బ్రహ్మ వే త్తనియమములు:—

“అన్నం ననిన్ద్యాత్”=అన్నమును నిందించగూడదు.

“అన్నం నపరిచక్షీత”=అన్నమును పరిహరించగూడదు.

“అన్నం బహుకుర్వీత”=అన్నమును మర్యాద చేయవలెను.

తైత్తిరీగాపనిషత్.

## ప ర బ్ర హ్మ ము.

సజాతీయ విజాతీయ స్వగత భేదశూన్యమును పరిశుద్ధమును సుఖ స్వరూపమును నాశరహితమును పరిపూర్ణమును అగు నట్టియు, సత్తు చిత్తు అనందము నిత్యము నిర్మలములనెఱుపించులక్షణములచేత వెలుగు నట్టియును అగు పరబ్రహ్మము అణుప్రళయకాలే అణుప్రళయ మహత్తులలో మహత్తును నామరూపక్రియారహితమును జననమరణములు సుగుణ దుర్గుణములు లేనిదియును తెలుపు నలుపు యెగుపు మొదలుగాఁగల వివిధరంగులు లేనిదియునై యున్నది.

సజాతీయ భేదము — తనజాతివస్తువుకన్న తాను భేదముగనుండుట.

విజాతీయ భేదము — ఇతరజాతి వస్తువుకన్న తాను భేదముగ నుండుట.

స్వగత భేదము—తనయందేయుండు అవయవములకు యింద్రియములకుఁ గల పరస్పర భేదము.

జాగ్రతదశయందు ఎదుటకనుబడువస్తువులు కనుబడుకుండునపుడు ఏరూపంబుండునో అదియ పరబ్రహ్మంబు. మనసునకు సొకల్పరాహిత్య మగునపుడు దాని రూపమే పరబ్రహ్మంబు.

పరబ్రహ్మంబు అవాఙ్మానసగోచరంబై అజంబై నిత్యంబై యపక్ష యరహితంబై వృద్ధిరహితంబై శరీరంబునశించునప్పుడు దానునశింపక సర్వకాలముల యందును స్వయముగానే ప్రకాశించుచుండును.

“అకాశస్య గుణశ్శబ్దో నిశ్శబ్దో బ్రహ్మ ఉచ్యతే” ఉత్తరశీఖ.

అమద్వంద్యంబులను జయించినవాడై యుండును.

మఱియు వాసనాశ్రయంబు లేకుండవలయును

1. శాస్త్రవాసన—సమస్త శాస్త్రపురాణములుచదివించదివిలర్థ  
మెల్లను వెడకియు వాటిఫలమును బొందంగవల  
యు ననెడి వట్టుదలయే శాస్త్రవాసన.

2. లోకవాసన—అందరునడుచుదోవను నడువవలెననెడి తలావు

3. దేహవాసన—శరీరపోషణ, యాత్ర, తీర్థస్నానములు, మొద  
లగువానియందు కోరిక.

ఇట్లు వాసనాశ్రయంబులేనివాడై గుణాశ్రయంబులేనివాడై యుండ  
వలయునుగాని అభ్యాసకులవలె భూమధ్యమందుదృష్టినిలుపంగడగదు

గీ॥ దృష్టు దర్శన దృశ్య విరామ మెచట  
నగు నచట దృష్టి నిలుపంగ నగునుగాని  
చెడలి వాసాగ్రమువఁ జూపు జేర్పడగదు  
కోరి యమనస్కు రాజయోగులకువత్స॥

శ్లో॥ దృష్టు దర్శన దృశ్యావాం విరామోయత్రీవా భవేత్  
దృష్టిస్తత్రైవ కర్తవ్యంననాసాగ్రనలోకనం॥

ఇట్లు చూచువాడు, చూపు, చూడఁబడునది యనుమూఁడును విశ్రాం  
తని బొందుస్థలము, అనఁగా రహితమగుతావుననే మనసు నిల్పవలెను  
గాని భూమధ్యమందు నిలువగూడదు. అభ్యాసకులు భూమధ్యమందే  
నిలుపునది. క్రమక్రమముగా నిలుకడ చిక్కినతరువాత నియమస్థలమును  
వదిలి పరబ్రహ్మమందే నిలువవలెను.

“గురుసన్నిధి సాలోక్యం సామీప్యం హస్త మస్తకం

దీక్షామాత్రేణ సారూప్య సాయుజ్యం సమరనై క్యతామ్”

గురువు చెంతకు బోవుటయెసాలోక్యమనియు, హస్తమస్తకనంతో  
గమె సామీప్యమనియు, తినిధిదీక్షలు తెలిపినంతనే సారూప్యమనియు,  
సమరసము కలిగియుండుటయే సాయుజ్యమనియు, అదియ ఐక్యమనియు,  
బెద్దలు చెప్పుదురు.

అనేకులు గురువులమనిపేరు పెట్టుకొనిధనమునుహరించెదరు. కావున  
కాగ్రతగలవారై బ్రహ్మనిష్ఠాగరిష్ఠులగు పెద్దలచేతఁ జేరి వారి యను  
గ్రహమునువడసి పరబ్రహ్మజ్ఞానసంపన్నులు గావలయును.

చ॥ అలయక సప్తవారిధుల నావలి కీవలి కొక్కరీతిగాఁ

గలయఁగ నీడవచ్చును నగంబుల నచ్చసగండ్లుగాఁగరం

బులఁగొని యాడవచ్చు నభిముగ బళింపఁగవచ్చుఁగాని యి

య్యలనమనస్కయోగము గ్రహింపఁగరాదు డలంపనే॥

సప్తసముద్రముల నొక్క పెట్టున నీడవచ్చును, పర్వ  
తములను అచ్చనకాయలుగా ఆడవచ్చును, ఆకాశ  
మును కప్పవచ్చును, గాని అమనస్కయోగము తెలి  
సికొనుట అతిదుర్లభము

అని చెప్పినమాత్రముననే అతికష్టమని వదలివేయ గిట్టదు. పుష్ప  
ములుగోయుటకంటెనుకన్నులు మూయుటకంటెచు అమనస్కమార్గము  
అతీసులభము. తెలియనంతవఱకు కష్టమును తెలిసినపిమ్మట సులభమై  
నదిగా నున్నది. ఈ అమనస్కభావమునొక్క మహత్తిరదని చెప్ప  
నలవికాదు. మనస్సును క్రమక్రమముగ స్వాధీనముచేయను యది నిలిచి  
వృత్తిరహితమై యమనస్కంబుచు బరిపూర్ణంబును అగును.

అచలము—పరిపూర్ణమునకే అచలమని చెప్పుదురు. సచ్చిదానంద  
మునకును అచలమునకును భేదముగ చెప్పెదరు. ఏమియు  
భేదము కానము. అచలమన్నను పరిపూర్ణమన్నను పర  
బ్రహ్మమన్నను మాటలభేదమే కాని అన్యమేమియు లేదు.  
నిర్గుణ సాక్షాత్కార పరబ్రహ్మస్వరూపమునకే అచల  
మని చెప్పుదురు. అచలమును భోధించు గురువులు అచల  
గురువులని చెప్పబడుదురు. వారును మనవలెనేతిను  
చున్నారని తిరుగుచున్నారని చెప్పనొప్పదు. శిష్యులనుకడ  
తెచ్చటకుగాను అవతరించి నారని తలంచవలెను. వారు  
పరిపూర్ణలేగనుక అశరీరులు బ్రహ్మవేత్తలు అని చెప్పఁ

బడుదురు. అశరీరులు అచలగురువులు అని చెప్పబడువారి కిని శరీరముప్రత్యక్షముగ కనుబడుచున్నదనియు వారు మోసగాండ్రనియు కొందరజ్ఞతచేతపరిహసిం చెదరు. వారి వారియనుభవము వారికే తెలియవలయును గాని అన్యులకెట్లు తెలుసును. పెద్దలను సేవించి వారిసంగతిని వారి మార్గమును తెలిసికొనజాలక పరిహసించి పాపకూపారమునబడి చచ్చుచుబుట్టుచుండెదరు. మఱియు కొందరు సన్యాసమును తీసికొనిరనియు, వారా యాశ్రమమును తీసికొనుటకు అర్హులుగారనియు, వారలకేమియు తెలియదనియు, సంస్కృతభాషాజ్ఞానము కొంచెము కలదనియు, వాచాజ్ఞానమేకాని యనుభవములేదనియు, సచ్చిదానందపరులనియు పరిహసిం చెదరు. చెరకుతినినగాని ఆచెరకునందలి తీపి తెలియదు. చెరకును చూచినమాత్రముననే తీపిలేదని చెప్పగిట్టదు. కావున అట్టి పెద్దలకు కొందరకలుగజేయక వారికి సంతోషమగునట్లు వినయవిధేయతలతో సంభాషించును వారానందభరితులయ్యెదగు. అప్పుడుగాని సుధ స్రవించదు. అట్టిసుధాపానము చేసినగాని బ్రహ్మానందము కలుగదు. పిమ్మట వారెంత వారయినది తెలియగలదు. అట్లుకాక వారిని పరీక్షించవలెనని వెళ్ళి సంభాషించినచో, పెద్దలనెచు అద్దమినునందు అజ్ఞానమువలన ఏవికారముతో మనముచూచిన, ప్రతిబింబమునకును ఆవికారమేయుండగలదు. కావున వికారములన్నియు చూచువారియందే యున్నవిగాని అద్దమునం దేవికారమునులేదు. పెద్దలు మలినరహితులనియు సంకల్పశూన్యులనియు తెలియునది.

సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ.













10658